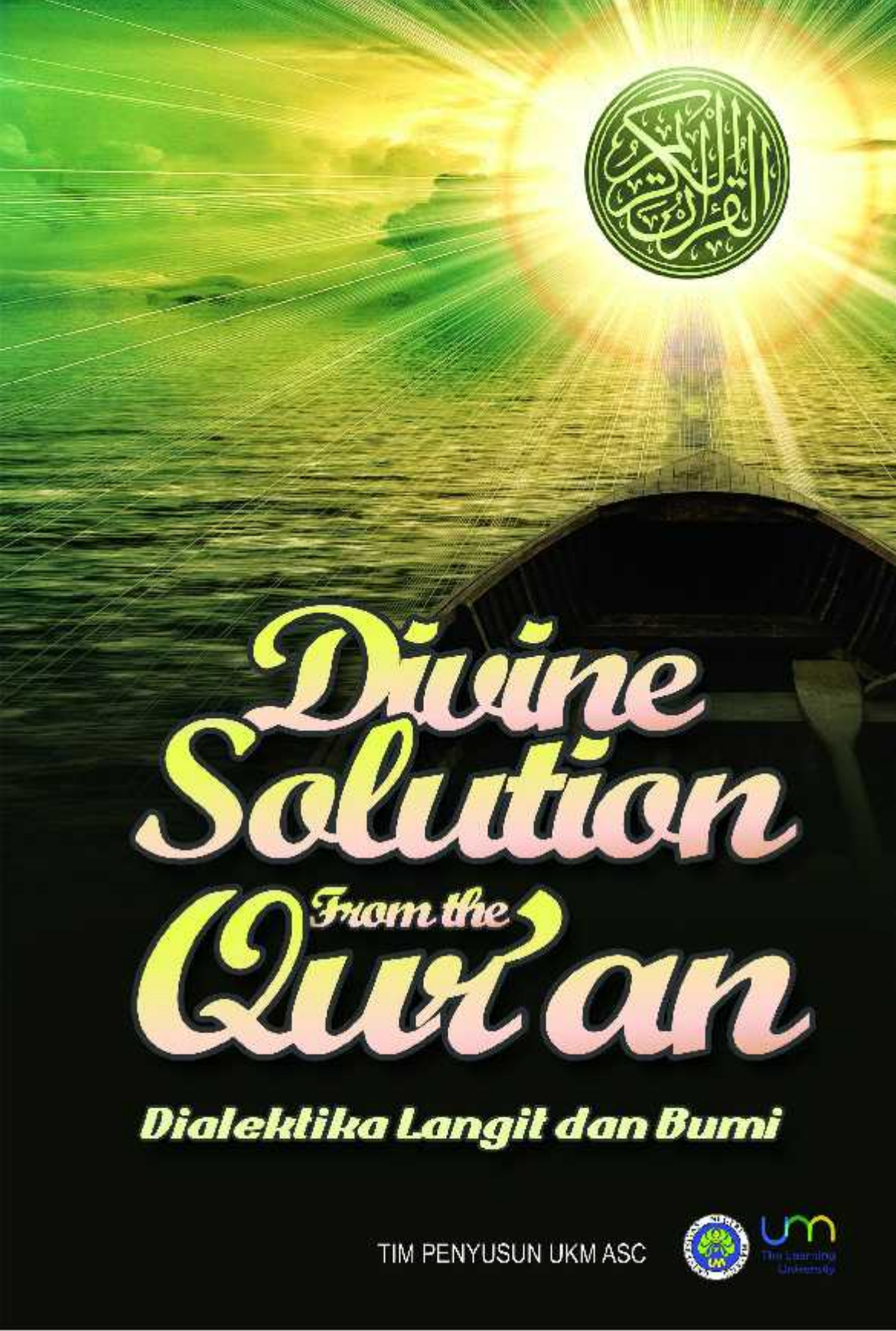

القرآن الكريم
Divine Solution From the Qur'an
Dialektika Langit dan Bumi
TIM PENYUSUN UKM ASC
um
The Learning University

UNIVERSITAS NEGERI MALANG
UM

Divine Solution From The Qur'an

Dialektika Langit dan Bumi

Tim Penyusun UKM ASC

Dream Litera Buana
@ Produksi 2015

DIVINE SOLUTION FROM THE QUR'AN
(Dialektika Langit dan Bumi)

©Dream Litera Buana
Malang 2015
xvi + 240 halaman, 15,5 x 23 cm

ISBN: 978-602-1060-33-9

Penulis: Tim Penyusun UKM ASC

Tata letak: Fatwa Ghifari
Desain cover: W. S. Fauzi

Diterbitkan oleh:
CV. Dream Litera Buana
Graha Al-Farabi
Jl. Panglima Sudirman 10 C Kepanjen Malang
Telp. 081 222 296 506 / 085 850 708 008
Email: dream.litera@gmail.com
Website: www.dreamlitera.com
Anggota IKAPI No. 158/JTI/2015

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang.
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau
seluruh isi buku ini dengan cara apapun,
tanpa izin tertulis dari penerbit.

Cetakan pertama, Agustus 2015

Distributor:
Dream Litera Buana

Susunan Tim Redaksi

Pelindung :

Rektor Universitas Negeri Malang (UM)

Pengarah :

Dr. Syamsul Hadi, M.Pd., M.Ed.
(Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan UM)

Penanggung jawab :

Drs. Taat Setyohadi dan Drs. Rochman Santosa

Penyelaras dan Penyunting Ahli

Ketua : Dr. Yusuf Hanafi, S.Ag., M.Fil.I.
Anggota : Asri Diana Kamilin, S.Psi.

Editor

Ketua : M. Alifudin Ikhsan
Anggota : Ria Aisyah Munir

Tim Penulis

Ketua : M. Alifudin Ikhsan
Anggota : Fatihatus Syahida, Ria Aisah Munir, Wahyu Rahmawati, Asri Diana Kamilin, Zidna Al 'Azizah Rosshofa, Zuroidah Zeni Nurussofa, Vida Rima Aulia, Malthufullah Mu'asyir, Rani Apriyanti, Fifi Amalia Dewi, Arlina Dwi Nur Isma, Ana Rizkiyah, Siti Mahmudah, Siti Fatimah, Lathifah Dewi Humairo', Ika Handayani Nurani Putri, Baiq Muna, Nida Atu Dluhria

Layout

Fatwa Ghifari

Sekilas
Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM)
Al-Qur'an Study Club (ASC)

Lembaga resmi Universitas Negeri Malang yang bergerak di bidang pengembangan bakat dan minat Al-Quran. Secara resmi berdiri berdasarkan SK Rektor UM Nomor 580 Tahun 2013, sebagai salah satu apresiasi atas raihan Juara Umum MTQ Mahasiswa Nasional Ke-XII Tahun 2013 di Padang Sumatera Barat. UKM ASC didirikan atas dasar persatuan ummat yang tercermin dalam Mottonya *"Berdiri di Atas dan untuk Semua Golongan"*.

UKM ASC juga mendapatkan penghargaan *The Learning University Award* sebagai lembaga pembinaan kemahasiswaan terbaik di Universitas Negeri Malang. Salah satu wujud pembelajaran dan pengembangan Al-Quran secara profesional, UKM ASC mempunyai berbagai cabang pembinaan Al-Quran, di antaranya:

1. Tilawatil Quran, yaitu Seni baca indah Al-Quran variasi nada dan lagu
2. Tartilil Quran, yaitu Seni baca Al-Quran dengan mujawwad (murottal)
3. Tahfidzil Quran, yaitu Pembinaan hafalan Al-Quran
4. Tahsinul Quran, yaitu Pembinaan bacaan Al-Quran bagi pemula
5. Karya Tulis Ilmiah Kandungan Al-Quran
6. Khottil Quran, yaitu Seni kaligrafi arab
7. Fahmil Quran, yaitu Pembinaan memahami Al-Quran

Terbaru, UKM ASC yang menjadi tulang punggung kafilah Universitas Negeri Malang di ajang MTQ Mahasiswa Nasional XIV Tahun 2015 di Universitas Indonesia Depok berhasil mempertahankan predikat juara umum yang diraih dua tahun sebelumnya. Itu artinya, UKM ASC benar-benar menjadi kawah candradimuka tempat pembinaan dan penempaan para pecinta Alquran.

Dialektika Kajian Al-Quran dengan Ilmu Eksakta, Sosial dan Humaniora: Horizon Baru dalam Menjawab Problem Keumatan

Oleh : Yusuf Hanafi[1]

Masalah laten yang menghinggapi kajian kealquranan pada umumnya adalah terlalu berorientasi pada tradisi keilmuan Islam klasik sehingga berpotensi menyemaikan model-model kajian yang bercorak teologis-normatif-deduktif (idealnya bersifat historis-empiris-induktif). Akibatnya, hasil kajiannya pun seolah berada di *awang-awang* (langit) dan tidak menyentuh kehidupan nyata (bumi), yang pada gilirannya melebarkan gap antara ajaran dan realitas.

Misi yang diusung oleh penerbitan Karya Tulis Ilmiah Alquran (KTIA) ini adalah hadirnya corak kajian kealquranan yang dijiwai oleh etos, nafas dan *framework* keilmuan umum, baik ilmu-ilmu eksakta (*natural sciences*), ilmu-ilmu sosial (*social sciences*) maupun ilmu-ilmu humaniora (*humanities*). Model kajian dengan karakteristik seperti ini diharapkan mampu menggeser pendulum kajian-kajian kealquranan menjadi lebih progresif, berorientasi aktif ke masa sekarang dan mendatang, sekaligus peka terhadap kebutuhan empirik umat—tidak lagi berorientasi pasif ke masa lampau, dengan disertai sikap *taken for granted* terhadap pemahaman keagamaan yang dianggap telah mapan dan final.

Secara khusus, buku KTIA ini bertujuan untuk menggali isi kandungan Alquran dengan memanfaatkan *framework* keilmuan umum (*natural scineces, social sciences* dan *humanities*), termasuk di dalamnya disiplin dan sub-disiplin ilmu eksakta, sosial dan

1. Pembina Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Al-Qur'an Study Club, Universitas Negeri Malang tahun 2015-sekarang.

humaniora yang dibutuhkan dalam kajian lintas disiplin ilmu (interdisipliner). Selain itu, buku kreatif karya mahasiswa Universitas Negeri Malang ini berikhtiar dengan sungguh-sungguh untuk menyuguhkan solusi-solusi Alquran dalam merespon problem-problem keumatan yang muncul tiada henti. Inilah alasan kenapa buku ini mengambil judul "*Divine Solution of the Quran: Dialektika Langit dan Bumi*".

Nilai penting dari kajian-kajian kealquranan secara interdisipliner seperti ini adalah untuk melahirkan kesadaran dalam diri para peminat *Quranic studies* akan keterbatasan-keterbatasan yang melekat dalam dirinya. Selanjutnya, diharapkan bersedia untuk berdialog dan bekerjasama dengan memanfaatkan kerangka teori dan metodologi yang digunakan oleh rumpun keilmuan lain (ilmu-ilmu eksakta, sosial dan humaniora) guna melengkapi kekurangan-kekurangan yang melekat pada dirinya jika ia berdiri sendiri-sendiri, terpisah dari yang lain.

Tidak kalah pentingnya, urgensi lain dari model kajian ini adalah bahwa ia berupaya menpertemukan dan menyeimbangkan kutub "langit"-"bumi" dan kutub "wahyu"-"akal", sehingga asumsi adanya dikotomi antara "ilmu" dan "agama" dapat dikikis. Sebab, pemisahan di antara keduanya justru akan melahirkan sikap sekuler yang menjauhkan urusan agama dari urusan dunia. Buku KTIA ini juga berharap agar kajian-kajian kealquranan (*Quranic studies*) di masa mendatang tidak lagi menampakkan "orientasi pasif" (nostalgia dengan kejayaan masa silam, tidak peka dengan kebutuhan empirik umat), tetapi sebaliknya lebih ber-"orientasi aktif" (yang ditandai dengan kesadaran untuk mengejar ketertinggalan dan melakukan upaya yang serius untuk meraih kemajuan).

Dalam jangka panjang, rintisan penerbitan buku KTIA yang disusun dengan nafas kajian interdisipliner ini diharapkan dapat mengantarkan terjadinya transformasi kajian-kajian kealquranan (*Quranic studies*): dari model kajian yang bercorak dogmatik, definisif, apologis, dan polemis akibat keangkuhan disiplin ilmu yang

ditekuninya menjadi model kajian yang obyektif, terbuka, dan toleran dengan keragaman dan perbedaan, berkat cakrawala dan horizon kajian yang lebih luas dan komprehensif sebagai dampak tidak langsung dari pengkajian Alquran dari beragam disiplin ilmu.

Di samping itu, model kajian yang dihadirkan melalui buku ini diharapkan mampu mengikis praktik-praktik dan model-model keberagamaan yang cenderung ekslusif, radikal, dan fundamentalis dalam kehidupan sosial-kemasyarakatan (semisal sikap saling mendiskreditkan, sekuler-mensekulerkan, murtad-memurtadkan atau bahkan kafir-mengkafirkan secara serampangan) sebagai dampak dari dominasi nalar keislaman yang tekstual, rigid, dan kaku. Sebab, kebenaran teks Alquran yang dipahami dan diakui oleh aliran, kelompok atau organisasi tertentu belum tentu dapat diakui secara sama dan sebangun oleh aliran, kelompok atau organisasi lain (meski seagama). Terlebih lagi, kebenaran teks yang dipahami dan diakui oleh penganut agama tertentu pasti berbeda dari kebenaran teks yang dipahami, diakui, dan diyakini oleh penganut agama yang lain.

Di sinilah sekali lagi, letak urgensi dari penerbitan buku yang berisi kajian-kajian Alquran yang tidak sebatas berkutat pada tradisi normatif-klasiknya semata, namun melintasinya untuk kemudian mendialogkannya dengan ilmu-ilmu eksakta, sosial dan humaniora yang berkembang pesat dewasa ini. Ijtihad dan ikhtiar seperti ini pada gilirannya diharapkan semakin memperkaya wacana analisis keilmuan dalam kajian-kajian kealquranan (*Quranic studies*) kontemporer.

Sekilas tentang Penerbitan Buku ini

Berprestasi dan berkaryalah selagi muda! Kalimat itulah yang membakar semangat anak-anak muda penulis buku ini untuk menelorkan karya spesial ini. Memang, sayup-sayup terdengar suara sumbang yang mempertanyakan kualitas buku ini. Mengingat, penulisnya rata-rata belum sarjana, masih dalam proses penyelesaian studi di jenjang Strata I (S-1).

Kami meyakini, ukuran kualitas karya bukanlah gelar akademik yang disandang penulisnya semata. Tapi lebih dari itu, ketekunan, keseriusan, dan integritas para penulis dalam melakukan riset, khususnya dalam memegang teguh etika dan kejujuran akademik, adalah jauh lebih penting. Sebab, seolah telah menjadi rahasia umum, penyakit kronis yang menjangkiti para akademisi Tanah Air adalah virus "Copas" (*copy and paste*). Para penulis menjamin, tulisan-tulisan dalam buku ini bebas dari virus Copas tersebut.

Last but not least, dengan mengucapkan *basmalah,* buku KTIA ini kami lempar ke khalayak pembaca. Besar harapan kami, buku ini akan mendapatkan apresiasi sekaligus masukan konstruktif demi penyempurnaan dari edisi cetakan berikutnya.

Terima kasih.

Pengantar Penulis

Karya Tulis Ilmiah Alquran (KTIA) merupakan hal baru yang belum lama marak di dunia pendidikan, khususnya di perguruan tinggi umum (PTU). Awalnya, banyak yang belum tertarik dengan ranah kajian ini. Wajar saja, sebab selama ini, yang dikenal sebagai *pioneer* ilmu pengetahuan adalah orang-orang Barat yang rata-rata non muslim. Hal inilah yang nampaknya kemudian melahirkan paradigma bahwa Islam dan sains itu terpisah. Syukurlah, kini KTIA mendapatkan sambutan yang luar biasa seiring dengan terbitnya buku-buku yang mengupas perihal kemukjizatan Alquran yang mendahului sains.

Mengutip pernyataan salah seorang tokoh sains Islam di Indonesia, Agus Purwanto, bahwa berdirinya bangunan sains Islam membutuhkan waktu yang lama. Hal ini mengacu pada bangunan sains Barat yang didirikan selama lima abad. Dalam perkembangannya, sains Barat juga melibatkan ilmuwan di universitas-universitas. Inilah yang kemudian menjadi alasan tim penulis mengembangkan buku ilmiah Alquran ini.

Dalam buku ini, ada sekitar dua puluh karya terbaik yang telah menjuarai berbagai even. Setiap karya memuat konten realitas masalah yang sedang populer dibicarakan berikut solusi yang ditawarkannya. Solusi yang ditawarkan ini sedikit berbeda dengan solusi-solusi biasanya. Solusi yang ditawarkan ini merupakan solusi yang didasarkan pada isyarat dan keterangan ayat Alquran. Tentu tidak sebatas itu. Penulis juga mengorelasikan dengan penemuan-penemuan terkini untuk menganalisis ayat Al-Quran itu lebih lanjut. Dari sinilah

kemudian lahir gagasan-gagasan baru penulis. Berangkat dari paradigma dan *framework* berpikir seperti itulah, tim penulis memberi judul buku ini dengan "*Divine Solution of the Qur'an: Dialektika Langit dan Bumi*."

Secara garis besar, dua puluh karya terpilih yang dihadirkan meliputi empat payung kajian yang biasa digarap di universitas-universitas, yaitu kajian tentang: (1) Al-Quran dan sains; (2) Al-Quran dan teknologi; (3) Al-Quran, sosial dan humaniora, (4) serta Al-Quran dan Pendidikan. Hal ini dilatarbelakangi riwayat pendidikan tim penulis yang merupakan mahasiswa Universitas Negeri Malang dari berbagai disiplin ilmu. Kebutuhan akan penerapan empat disiplin ilmu tersebut dalam masyarakat juga mendorong lahirnya buku kreatif ini.

Kajian di dalam buku ini semakin menjadi unik karena karya yang dihadirkan merupakan karya yang sudah pernah dipresentasikan di berbagai ajang lomba Alquran. Mulai dari tingkat internal universitas, regional hingga tingkat nasional. Lebih dari itu, karya yang dihadirkan merupakan karya-karya yang sudah diuji di depan juri berbagai lomba sejenis Karya Tulis Ilmiah Alquran dan mendapat berbagai apresiasi prestasi. Salah satunya, karya yang dinobatkan sebagai juara I dalam Musabaqah Tilawatil Quran (MTQ) Mahasiswa Nasional XIII Tahun 2015 bidang Karya Tulis Ilmiah Kandungan Al-Quran.

Penulis pun menyadari bahwa analisis ayat yang dilakukan masih mentah dan sederhana, yakni dari ayat yang dirujuk kemudian ditelaah melalui berbagai buku Tafsir, kitab-kitab kajian Islam yang relevan dengan topik yang dibahas, dan kemudian menelaah penelitian-penelitian terbaru yang bisa dijadikan acuan pembahasan. Akan tetapi, penulis sepakat bahwa langkah awal yang dilakukan ini mampu mendongkrak semangat pelajar-pelajar dan peminat kajian kealquranan Indonesia untuk mengaji Alquran dan turut andil dalam mengembangkan ilmu pengetahuan.

Penulis berharap dengan hadirnya buku ini mampu mengobati rasa ingin tahu masyarakat yang haus akan kajian Alquran. Pembahasan setiap bab yang ada pada jurnal ini juga tak lepas dari bimbingan dan arahan dari dosen pembimbing yang pakar di bidangnya, antara lain guru kami Dr. Yusuf Hanafi, M.Fil.I. Penulis yakin perkembangan dunia ilmiah Al-Quran akan semakin meluas dan buku sederhana ini dapat dijadikan sebagai rintisan awal dan rujukan dalam pengembangan karya tulis ilmiah Al-Quran.

Malang, 27 Agustus 2015

Tim Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu terselesaikannya karya ini:

1. Para orang tua kami yang senantiasa memberikan dukungan dan doa restunya dalam menyelesaikan karya ini;
2. Bapak Rektor, Prof. Dr. H. Ah. Rofiuddin, M.Pd. dan Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan Dr. H. Syamsul Hadi, M.Pd., M.Ed., berserta seluruh jajaran pimpinan Universitas Negeri Malang yang memberikan kesempatan dan dukungan penuh atas terealisasinya buku ilmiah ini;
3. Dr. Yusuf Hanafi, S.Ag., M.Fil.I. dan Asri Diana Kamilin, S.Psi. selaku pembimbing, penyelaras akhir sekaligus penyunting ahli yang menyediakan waktu dan pikiran untuk mendiskusikan *issue* dan *content* yang kami angkat;
4. Teman-teman UKM Al-Qur'an Study Club (ASC), sahabat pembinaan Karya Tulis Ilmiah Alquran (KTIA) Universitas Negeri Malang dan semua pihak yang membantu terselesaikannya karya ini. Semoga Allah SWT membalas budi baik dan memudahkan urusan kita semua.

Kami menyadari bahwa tulisan ini jauh dari sempurna. Karenanya, kritik dan saran konstruktif sangat penulis harapkan. Penulis meyakini bahwa kata final tidak dikenal dalam kamus keilmuan.

Malang, 27 Agustus 2015

Tim Penulis

Daftar Isi

Susunan Tim Redaksi ~ iii
Sekilas UKM ASC ~ iv
Sekapur Sirih ~ v
Pengantar Penulis ~ ix
Ucapan Terima Kasih ~ xii
Daftar Isi ~ xiii

AL-QUR'AN DAN SAINS

Quranic Crying Therapy sebagai Media Pengobatan Hipertensi melalui Audio Yoga

M. Alifudin Ikhsan, Arlina Dwi Nur Isma, Zidna Al 'Azizah Rosshofa 1

Losion Yunus (Daun Labu Siam): Alternatif Pencegahan dan Perlindungan Kulit Dari *Vitiligo*

Siti Mahmudah 11

Pemanfaatan Zat Histatin Pada Ludah Sebagai Pengganti Analgesik Opioid Morfin Pada Pengobatan: Solusi Cerdas Mengurangi Efek Negatif Penggunaan Analgesik Opiod Berlebih

Wahyu Rahmawati 25

Analisis Pengaruh Tidur Setelah Shubuh Terhadap Kekacauan Irama Sirkadian dan Obesitas

Vilda Rima Aulia Zahroh, Baiq Muna 41

Lubang Pasir Mempercepat Iinfiltrasi

Siti Fatimah, Lathifah Dewi Humairo', Ika Handayani Nurani Putri 49

AL-QUR'AN DAN TEKNOLOGI

Analisis Pengobatan dan Perawatan Kulit dalam Perspektif Al-Qur'an melalui *Iqabub - Therapy*

Fatihatus Syahida, Ria Aisah Munir, Ana Rizkiya 67

Istihmam Ayyubi: Kajian Sains-Religi Mengurangi Dermatitis Kontak dI Indonesia Melalui *IA-Conditioner*

Fatihatus Syahida, Wahyu Rahmawati 73

Fulkah (Miksyaful Malaikah): Desain Aplikasi Pendeteksi Energi Positif untuk Meminimalisasi Perilaku Negatif

Ria Aisah Munir 87

Ranjang Pomika sebagai Solusi Alternatif Penanggulangan Malnutrisi Sekunder

Tika Kartika, Liya Nurin Nahdliyah, Siti Choiriyah 99

Syu'aib Controller (SC): Perangkat Digital Inovatif untuk Pengawasan Kecurangan Takaran (*Mikyal*) dan Timbangan (*Mizan*) dI Pasar Tradisional

Wahyu Rahmawati, M. Alifudin Ikhsan 111

AL-QUR'AN DAN PENDIDIKAN

Relaxation - Story Before Sleeping (R-SbS): Pemanfaatan Instrumen Relaksasi *(At-Tarwih)* Berbasis Kisah Teladan *(Al-Amtsal)* sebagai Media Internalisasi Nilai-nilai Qur'ani pada Anak

Asri Diana Kamilin dan Nida Atu Dluhriah 127

Metode *Sabid (As-Sam', Al-Absar, Al-Af'idah):* Solusi Tepat Pembelajaran Bahasa Asing

Fatihatus Syahida 135

Revitalisasi Peran Ibu sebagai Pilar Bangsa dalam Mewujudkan Generasi Berkarakter: Solusi Cerdas Mengatasi Problematika Demoralisasi Remaja

M. Alifudin Ikhsan 147

AL-QUR'AN, SOSIAL DAN HUMANIORA

Analisis Psikologis Pengaruh Makan Berlebihan Terhadap Pengerasan Hati (*Qaswah Al-Qalb*): Tawaran Solusi melalui *Binge Eating Preventive Program* (BEPP)

Asri Diana Kamilin, S.Psi. **157**

Jarad Cookies: Alternatif Makanan Halal dalam Mengatasi Masalah *Undernutrition* (*Qillah At-Taghdziyah*) pada Masyarakat Ekonomi Lemah

Zidna Al 'Azizah Rosshofa, M. Alifudin Ikhsan, Rani Apriyanti **173**

Cinta Tanah Air (*Hubb Al-Watan*) dalam Prespektif Islam; Konsep Tipologi Moderat (*Al-Mutawassith*) dalam Bingkai Negara Kesatuan Republik Indonesia

M. Alifudin Ikhsan **183**

Rancangan Indikator Pembeda pada Pengemis sebagai Solusi Terhadap Sikap Dermawan Masyarakat

Zuroidah Zeni Nurushofa dan Fifi Amalian Dewi **193**

Memahami Dinamika Aktivitas Peribadatan dalam Diskursus Kontemporer Hak *Ahl Dzimmah* dI Indonesia melalui Revitalisasi Fiqh Kebhinnekaan

M. Alifudin Ikhsan, Zidna Al 'Azizah Rosshofa, Malthufullah Mu'asyir **209**

Glossarium ~ 219
Profil Penulis ~ 229

Al-Qur'an dan Sains

QURANIC CRYING THERAPY SEBAGAI MEDIA PENGOBATAN HIPERTENSI MELALUI AUDIO YOGA

Oleh :
M. Alifudin Ikhsan, Arlina Dwi Nur Isma,
Zidna Al 'Azizah Rosshofa

Fenomena Hipertensi di Indonesia

Hipertensi merupakan *silent killer* karena gejala yang ditunjukkan pada masing-masing individu penderita hipertensi dapat bervariasi dan gejalanya pun hampir sama (menyerupai) dengan gejala penyakit lainnya. Adapun gejala-gejalanya yaitu sakit kepala/rasa berat di tengkuk, mumet (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan. Di Indonesia sendiri, penderita hipertensi mencapai angka 25,8% (Riskesdas, 2013).

Menurut data Kementrian Kesehatan RI tahun 2009 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 29,6% dan meningkat menjadi 34,1% tahun 2010. Data Dinas Kesehatan Kota Semarang tahun 2009 menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 12,85% dengan jumlah kasus sebanyak 2063 di tahun 2012. Prevalensi penyakit hipertensi pada tahun 2009 sebesar 698.816 jiwa, pada tahun 2010 sebesar 562.117 jiwa. Namun, pada tahun 2011 terjadi peningkatan sebesar 634.860 jiwa.Tekanan darah tinggi umumnya lebih banyak diderita laki-laki. Menurut Dr. Khancit Limpakarnjanarat, perwakilan WHO untuk Indonesia, pada tahun 1960-an jumlah penderita hipertensi masih 5%, lalu menjadi 12% di tahun1990-an, dan meningkat menjadi 32% pada

tahun 2008. Data WHO tahun 2000 menunjukkan 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia terus terjadi peningkatan. Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2000 sebesar 21% menjadi 26,4% dan 27,5% pada tahun 2001 dan 2004. Hal ini berarti, penderita hipertensi di dunia sudah cukup menghawatirkan.

Dalam fase ini kebanyakan orang melakukan terapi secara medis ke dokter. Sehingga sebagian orang cenderung mengeluarkan banyak uang demi terapi tersebut, agar mereka mampu meringankan penyakit yang dideritanya. Oleh karena itu, penulis mencetus gagasan sebuah metodekonsep terapi qurani yang lebih murah, praktis dan mampu membawa dampak bagi kesehatan seseorang. Dalam konteks ini penulis mencoba untuk meberikan solusi atas masalah hipertensi yang terjadi di lingkungan masyarakat dengan menggunakan Alquran sebagai landasan awal dan pokok pikiran. Sebagaimana surat at-Taubah:82 yang berbunyi menyebutkan tentang menyedikitkan tertawa dan memperbanyak menangis.

فَلْيَضْحَكُوا۟ قَلِيلًا وَلْيَبْكُوا۟ كَثِيرًا جَزَآءًۢ بِمَا كَانُوا۟ يَكْسِبُونَ ﴿٨٢﴾

Artinya: *Maka hendaklah mereka tertawa sedikit dan menangis banyak, sebagai pembalasan dari apa yang selalu mereka kerjakan* (Q.S. at-Taubah: 82)

Ayat ini memberikan inspirasi kepada penulis untuk mengkaji dan kemudian mencetuskan tawaran solusi untuk mengurangi penderita hipertensi.

Tinjauan Tafsir Alquran

Menurut *Tafsir Alquran* (Depag, 2009), penggalan ayat di atas ditafsiri sebagai lebih banyak menangis daripada tertawa memikirkan nasib dan dosa mereka dunia dan akhirat karena mereka akan menerima azab yang pedih sesuai perbuatan mereka di dunia.

Menurut Ar-Razi dalam kitab tafsir *Mafatihul Ghaib*, yang dimaksud dengan ayat-ayat Allah di atas adalah ayat-ayat yang diturunkan khusus kepada mereka, yaitu para nabi yang namanya telah disebutkan. Lebih jauh lagi, Ar-Razi berpendapat bahwa ayat-ayat yang dibacakan di atas, yang memberikan efek menangis adalah yang berkenaan dengan janji kebahagiaan (*al-wa'd*) untuk orang-orang yang beriman, ancaman (*al-wa'id*) untuk orang-orang yang kufur, motivasi (*at-targhib*) dan ungkapan yang dimaksudkan untuk menakut-nakuti (*at-tarhib*), karena jika seseorang bersedia menekurinya, maka sangat wajar jika kemudian dia bersujud dan menangis, sebagai reaksi atas perenungannya.

Dalam *Tafsir Al-Qur'an Al-'Adzim* (Ibnu Katsir, 1999), Sa'id bin Jubair, As-Sudiy dan beberapa orang lainnya mengisahkan tentang sekelompok delegasi Raja Najasyi yang diutus untuk mendengarkan ucapan Nabi Muhammad SAW. dan melihat ciri-ciri Nabi. Setelah Nabi membacakan Alquran, mereka pun masuk agama Islam, menangis dan khusyu'.

Seri Terapi Ibadah (2007) dalam buku *Dahsyatnya terapi air mata tangis karena Allah* menjelaskan bahwa menangis sangat berguna bagi kesehatan jiwa dan emosi kita. Menangis juga merupakan cara yang paling efektif untuk memperbaiki kondisi kesehatan. Dr.Frey (dalam Hasan, 2007) mengatakan, "Air mata dapat bekerja secara efektif membersihkan mata kita. Ia mengambil peranan penting dan signifikan dalam meringankan ketegangan jiwa yang mungkin disebabkan oleh komplikasi berbagai penyakit, seperti luka pada lambung, tekanan darah tinggi (hipertensi), dan radang usus besar".

Lebih Jauh Mengenal Hipertensi

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada tiga kali pada beberapa minggu dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan

darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada beberapa organ seperti ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai.

Tabel 1 Klasifikasi Hipertensi

Klasifikasi tekanan darah	Tekanan darah sistol (mmHg)	Tekanan darah diastol (mmHg)
Normal	<120	<80
Prehipertensi	120-139	80-89
Hipertensi stage 1	140-159	90-99
Hipertensi stage 2	160 dan >160	100 dan >100

Sumber: *Klasifikasi hipertensi menurut JNC VII (Joint National Committee on the prevention, detection, evaluation and treatment of high blood Pressure tahun 2013, yang berpusat di Amerika*

Hipertensi merupakan *silent killer* karena gejala yang ditunjukkan pada masing-masing individu penderita hipertensi dapat bervariasi dan gejalanya pun hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Di Indonesia, penderita hipertensi mencapai angka 25,8% (Riskesdas, 2013).

Yoga Berbasis *Murottal Qurani*

Menurut Yang (2010) Yoga adalah suatu bentuk olahraga fisik yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan (dalam Mutia, 2012). Intervensi senam yoga umumnya efektif dalam mengurangi berat badan, tekanan darah, kadar glukosa dan kolesterol tinggi (dalam Johan, 2010). Menurut Viklund (2010) yoga merupakan sebuah aktivitas seseorang dengan memusatkan seluruh pikiran untuk mengontrol panca inderanya dan tubuhnya secara keseluruhan. Berarti mengendalikan, mengatur, dan berkonsentrasi yang berfungsi menyelaraskan tubuh, jiwa dan pikiran kita (dalam Johan, 2011).

Musik memiliki peranan penting dalam berlatih yoga. Musik untuk yoga biasanya terdiri dari musik-musik yang menenangkan dan memiliki tempo irama yang lebih lambat (http://www.indotopinfo.com/pilihan-musik-untuk-berlatih-yoga.htm:8 November 2014). Islam, sebagai petunjuk telah memberikan solusi melalui

وَإِذَا قُرِئَ ٱلْقُرْءَانُ فَٱسْتَمِعُوا۟ لَهُۥ وَأَنصِتُوا۟ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ

mendengarkan tilawah. Ketika Alquran dibacakan, Allah SWT memerintahkan kita untuk diam dan merenungkan maknanya.

Artinya: *Dan apabila dibacakan Alquran, Maka dengarkanlah baik-baik, dan perhatikanlah dengan tenang agar kamu mendapat rahmat* (Q.S. Al-A'raf: 204)

Kajian tafsirnya, jika dibacakan Alquran kita diwajibkan mendengar dan memperhatikan sambil berdiam diri, baik dalam shalat maupun di luar shalat, terkecuali dalam shalat berjamaah ma'mum boleh membaca Al-Fatihah sendiri waktu imam membaca ayat-ayat Alquran (Hamka, 1984)

Menurut Dr. Ahmad al-Qadhi pengaruh Alquran pada manusia dalam perspektif fisiologi dan psikologi, dijelaskan bahwa dalam 210 kali eksperimen kepada 5 responden ternyata setelah diperdengarkan bacaan Alquran efek relaksasi yang ditimbulkan hingga 65%, sedangkan bacaan berbahasa Arab non Alquran hanya mencapai 33%. Hasil ini menunjukkan Alquran memiliki pengaruh positif yang cukup signifikan dalam menurunkan ketegangan (stress) pada pengukuran kualitatif dan kuantitatif.

Quranic Crying Therapy Solusi Mengatasi Masalah Hipertensi

Quranic Crying Therapy merupakan suatu bentuk terapi bagi penderita penyakit hipertensi dimana media yang dipakai adalah *murottal* relaksasi Alquran yang memusatkan pikiran serta ketenangan jiwa. Terapi ini lebih mengutamakan kondisi ketenangan jiwa pasien yang biasanya tidak stabil dan cenderung emosi saat

menderita hipertensi. Kondisi ini sangat membahayakan pasien. Menurut Dr.Frey (dalam Hasan, 2007) mengatakan, air mata dapat bekerja secara efektif membersihkan mata kita. Ia mengambil peranan penting dan signifikan dalam meringankan ketegangan jiwa yang mungkin disebabkan oleh komplikasi berbagai penyakit, seperti luka pada lambung, tekanan darah tinggi (hipertensi), dan radang usus besar.

Terapi ini dilakukan dalam suatu ruangan yang tenang. Terapi menangis ini menggunakan musik relaksasi yang berupa murottal Alquran. Seperti yang telah kita ketahui bersama, bahwa mendengarkan Alquran mempunyai beberapa efek positif diantaranya adalah memberikan ketenangan jiwa kepada yang mendengarkan walaupun mereka tidak memahaminya.

Pendapat Ar-Razi dalam kajian tafsir *Mafatihul Ghoib* dan penjelasan Hasan (2007) dalam buku *Dahsyatnya terapi air mata tangis karena Allah* mengenai dampak positif menangis yang telah dipaparkan sebelumnya menyadarkan kita akan sebuah fakta mengenai sebuah kesalahan bila kita mengekang keinginan menangis jika memang kita dihadapkan pada kondisi yang mengharuskan kita menangis.

Quranic Crying Therapy, ini merupakan salah satu terobosan baru untuk mengatasi masalah hipertensi yang ada dalam kehidupan masyarakat. Data yang berhasil kami himpun sebagai acuan bahwa gagasan ini sangat dibutuhkan adalah data Kementrian Kesehatan RI tahun 2009 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi sebesar 29,6% dan meningkat menjadi 34,1% tahun 2010. Hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2000 sebesar 21% menjadi 26,4% dan 27,5% pada tahun 2001dan 2004. Berikut merupakan beberapa keunggulan dari media terapi ini.

- Adanya integrasi antara murattal relaksasi dengan ketenangan jiwa, hal inilah yang membuat bahwa gagasan *Quranic Crying Therapy* ini memiliki anggapan bahwa jika pikiran dan jiwa pasien itu tenang, maka akan timbul gejala positif pada hipertensi yang dideritannya.

- Mudah direalisasikan, baik dilakukan di rumah maupun ditempat yang diinginkan, baik secara individual maupun secara kolektif.
- Ekonomis, terapi ini menggunakan metode *self therapy* sehingga bisa dilakukan oleh semua lapisan masyarakat di manapun ia berada.
- *Quranic Crying Therapy* juga dapat meningkatkan kadar keimanan dan ketaqwaan kepada Allah karena berbasis media Alquran dalam proses penyembuhannya.
- *Quranic Crying Therapy* ini sangat potensial dikembangkan menjadi salah satu jenis pengobatan hipertensi yang baru dan mempunyai efek lebih baik pada proses penyembuhan maupun kondisi setelah penyembuhan. Kedepan metode terapi ini akan menjadi salah satu bagian dari metode penyembuhan pasien di dalam rumah sakit maupun tempat praktik kesehatan lainnya.

Pengobatan Hipertensi melalui Audio Yoga Berbasis *Murottal Qurani*

Hipertensi menurut Rahimah (2007) diartikan sebagai peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batas normal (dalam Johan, 2011). Hipertensi merupakan produk dari resistensi pembuluh darah perifer dan kardiak output (Wexler, 2002: dalam Johan, 2011). Hipertensi biasanya terjadi pada tekanan darah 140/90 mmHg atau lebih, diukur di kedua lengan tiga kali dalam jangka waktu beberapa minggu.

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibagi menjadi dua yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi yang disebabkan karena stres, faktor genetik dan lingkungan penyebabnya, sedangkan hipertensi sekunder adalah hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain. Oleh karena itu, *Quranic Crying Therapy* menawarkan suatu solusi melalui Yoga.

Yoga adalah adalah sebuah aktivitas dimana seseorang memusatkan seluruh pikiran untuk mengontrol panca inderanya dan tubuhnya secara keseluruhan (Viklund, 2010: dalam Johan, 2011). Gerakan yang dilakukan adalah *Easy Pose*. *Easy Pose* merupakan

gerakan dimana kedua kaki disilangkan, tangan memegang lutut, dan kepala, leher dan badan dalam keadaan tegak atau lurus. Tangan yang memegang lutut bertujuan untuk meregangkan otot-otot sehingga tubuh menjadi rileks. Sedangkan kepala, leher, dan badan dalam keadaan lurus bertujuan oksigen yang dihirup lebih banyak, sehingga oksigen dapat tersebar ke seluruh tubuh dan otak.

Yoga juga menstimulasi pengeluaran hormon endorfin. Endorfin adalah neuropeptida yang dihasilkan tubuh pada saat relaks/tenang. Endorfin dihasilkan di otak dan susunan saraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak yang melahirkan rasa nyaman dan meningkatkan kadar endorfin yang meningkat dalam tubuh dapat mengurangi tekanan darah tinggi (Sindhu, 2006: dalam Johan, 2011).

Quranic Crying Therapy merangsang seseorang mencapai keadaan yang tenang, dimana segala macam pikiran yang menjadi beban tersingkirkan. Ketika mencapai keadaan tenang ini, tekanan darah penderita hipertensi akan turun secara bertahap.

Solusi Hipertensi berdasarkan Alquran

Konsep *Quranic Crying Therapy* yang digunakan dalam menyelesaikan masalah hipertensi ialah mendengarkan *murottal qurani* yang dipadukan dengan olahraga yoga sehingga bisa menenangkan kondisi jiwa penderita hipertensi, melalui media ini diharapkan penderita hipertensi mendapatkan perubahan emosi yang memengaruhi kondisi pasien menangis disini berdasarkan Alquran surat At-Taubah:82. Adapun penerapan dari gagasan *Quranic Crying Therapy* ini, dikemas dalam bentuk terapi bagi penderita penyakit hipertensi di mana media yang dipakai adalah *murottal qurani* yang berisi lantunan ayat-ayat Alquran telah dianjurkan berdasarkan firman Allah dalam surat Al-A'raf ayat 204. Diharapkan melalui media *Quranic Crying Therapy* ini, pasien dapat memusatkan pikiran serta ketenangan jiwa dan dipadukan dengan olahraga Yoga

DAFTAR RUJUKAN

Al-Ghazali. *Majmu'ah Rosaa-il Al-Ghazali: Kimiyaa-us Sa'adah*. Mesir: Al-Maktabah At-Taufiqiyah.

Al-Qurthubi. 1992. *Tafsir Al-Qurthubi* X; Al Jami' Al Ahkam Al Quran. (e-Book Online) diakses di http://www.sifatusafwa.com/en/tafseer-quran-sciences/710-tafsir-al-qurtubi-al-jami-li-ahkam-Al Quran.html pada 15 Mei 2014.

Al-Maraghi, Ahmad Mustofa. 1992. *Tafsir Al-Maraghi*. Surabaya : Al Hidayah.

Anonim. 2013. Pusat Data dan lnformasi Kementerian Kesehatan Rl. Jakarta Selatan

Anggraini,A. D, dkk. 2009. *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Yang Berobat Di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari Sampai Juni 2008*.Http://yayanakhyar.wordpress.com,online diakses tanggal 8 Nopember 2014.

Ar-Razi, Fakhruddin. *Mafatihul Ghaib***.** via *software maktabah As-Syamilah*.

Armiyati, Yunie. 2009. *Hipotensi Dan Hipertensi Intradialisispada Pasienchronic Kidney Disease (Ckd) Saat Menjalani Hemodialisis di Rs PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Majalah Kedokteran Indonesia 59(12), online, diakses tanggal 8 Nopember 2014.

Daradjat, Zakiyah. 1978. *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.

Depag, RI. 2009. *Al-Qur'an dan Tafsirnya Volume 14*. Jakarta: Duta Grafika.

Ghozali, Imam. 2001. *Ayyuhal Walad Fi Nasihatil Muta'allimin Wa Mau'idhotihim*.Surabaya : Al Hidayah.

Haendra, F., Anggara, D., dan Prayitno, N. 2013. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan.*

Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012. Jurnal Ilmiah Kesehatan5(1), online. Diakses tanggal 8 Nopember 2014.

Ibnu Katsir. 1999. *Tafsir al-Qur'an al-'Adzim***.** Daru Thoybah li, via *software maktabah As-Syamilah*.

Johan, Devina. 2011. *Pengaruh Senam Yoga Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia yang Mengalami Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Padang Tahun 2011. Skripsi,* Padang : Fakultas Keperwatan Universitas Andalas.

Kamilin, Asri Diana. 2013. *Relaxation-Story Before Sleeping (R-Sbs): Pemanfaatan Instrumen Relaksasi (At-Tarwih) Berbasis Kisah Teladan (Al-Amtsal) Sebagai Media Internalisasi Nilai-Nilai Qur'ani Pada Anak*. Malang : (Karya Tulis Ilmiah Al Quran disampaikan pada Lomba Karya Tulis Al Quran Nasional di ITS Surabaya).

Mutia, Rizka. 2012. *Pengaruh Yoga Terhadap Peningkatan Kadar Kolesterol HDL dan Penurunan LDL dalam Darah Pada Pasien Jantung Koroner di Poliklinik Jantung RSUP DR.M.DJAMIL Padang Tahun 2012. Skripsi,* Padang : Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

Noviani, O., Handoyo, dan Safrudin ANS. 2011. *Hubungan Lama Tidur Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Karang Aren*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan 7(2), online, diakses tanggal 8 Nopember 2014.

Ulwan, Abdullah Nasikh. 1993. *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*. Semarang : 'Asy Syifa.

Rahajeng, E., dan Tuminah, S. 2009. *Prevalensi Hipertensi Dan Determinannya Di Indonesia*. Pusat Penelitian Biomedis dan Farmasi Badan Penelitian Kesehatan. Diakses tanggal 8 Nopember 2014.

Syahrini ,E. N, Susanto, H. S, Udiyono, Ari. 2012. *Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Primer Di Puskesmas Tlogosari Kulon Kota Semarang*. (online) JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT, Volume 1, Nomor 2, Tahun 2012, Halaman 315 – 325. http://ejournals1.undip.ac.id/index.php/jkm.

LOSION YUNUS (DAUN LABU SIAM): ALTERNATIF PENCEGAHAN DAN PERLINDUNGAN KULIT DARI *VITILIGO*

Oleh :
Siti Mahmudah

Fenomena Penyakit Kulit di Indonesia

Terletak tepat di garis khatulistiwa menyebabkan Indonesia termasuk dalam zona tropis dengan curah hujan yang tinggi. Hal ini berdampak pada terdapatnya hutan hujan yang luas yang diiringi oleh kekayaan flora dan fauna di dalamnya. Banyaknya gunung api menjadikan negara yang berada di antara benua Asia dan Australia ini memiliki tanah yang subur, karena pada saat meletus keluarlah bagian-bagian pijar berupa debu, pasir, lumpur, dan batu-batuan. Setelah mengalami pelapukan terbentuklah lapisan yang kaya akan zat-zat makanan bagi tumbuhan yang sering disebut dengan tanah vulkanis dan banyak terdapat di Jawa, Bali, dan Sumatera. Selain terdapat tanah vulkanis, terdapat pula tanah humus yaitu pada daerah berhutan lebat seperti Kalimantan, Sulawesi dan Jawa, tanah Aluvial (endapan) yang semuanya sangat baik untuk ditumbuhi berbagai jenis tanaman baik tanaman pertanian maupun non-pertanian. Itulah sebabnya Indonesia sering disebut sebagai paru-paru dunia.

Namun di lain sisi, Indonesia yang mendapat pancaran matahari secara merata sepanjang tahun mengakibatkan terjadi penguapan dan kelembaban udara yang tinggi. Selain itu pancaran matahari yang merata tersebut tidak selamanya berdampak positif.

Adapula dampak negatif yang diantaranya adalah penyakit kulit yang disebabkan oleh sinar ultraviolet, salah satunya adalah *vitiligo*. *Vitiligo* adalah penyakit pada kulit yang biasanya ditandai dengan bercak pucat karena hilangnya melanin, pigmen yang menentukkan warna pada kulit, rambut, dan mata. Hal ini terjadi akibat sel-sel yang memproduksi melanin mati sehingga pigmen kulit memudar dan muncul bercak putih dalam bentuk yang tidak teratur yang semakin lama ukurannya dapat membesar. Menurut ahli kesehatan, Arnot dkk. (2009) penyakit ini terjadi pada 1% populasi di dunia. Lebih lanjut, mereka menjelaskan bahwa sebenarnya penyakit ini tidak berbahaya bagi tubuh apabila terjadi hanya dalam skala kecil (hanya masalah kosmetik), tetapi kerusakan kulit yang terjadi dalam pemaparan jangka panjang akan memberikan efek yang bersifat kumulatif akibat pemamparan sinar matahari berlebihan dalam jangka waktu tertentu, antara lain adalah penuaan dini kulit dan kemungkinan kanker kulit (Lowe dkk. dalam Gadri, 2011).

Oleh sebab itu para pakar dermatologis menyarankan untuk melakukan pencegahan dampak radiasi matahari dengan cara melakukan perlindungan baik dari dalam maupun luar kulit. Perlindungan dalam dapat berupa pemenuhan nutrisi penting kulit, salah satunya dengan cara mengonsumsi makanan yang bersifat antioksidan dan antiradikal bebas secara mencukupi, sedangkan perlindungan dari luar dapat berupa penggunaan pelindung kulit baik topi, payung, serta beberapa kosmetik misalnya losion (http://www.areakesehatan.com). Dengan memakai losion/*sunblock* diharapkan kulit akan terlindung. Namun hal tersebut nampaknya tidak seiring dengan pola pikir pengguna yang sering tidak memerhatikan berapa tipe proteksi losion/*sunblock*. Pengguna sering mengasosiasikan bahwa mereka akan terhindar dari efek negatif UV setelah menggunakan losion/*sunblock* dengan hanya sekali saja. Padahal, setiap losion/*sunblock* memiliki kekuatan proteksi yang berbeda-beda, misalnya dengan menggunakan *sunblock* SPF 30 maka kulit akan terproteksi dari efek negatif UV

selama 300 menit. Jika kita menggunakan *sunblock* SPF 10 maka kulit aman dari kerusakan UV selama 100 menit. Seiring dengan perkembangan zaman, marak adanya kecurangan/palsu dalam pemroduksian losion/*sunblock*. Hal tersebut biasanya dilatarbelakangi oleh faktor ekonomi. Produsen ingin membuat losion/*sunblock* dengan keuntungan yang tinggi tetapi dengan biaya produksi yang murah.

Menurut pandangan Islam, sesungguhnya Allah telah menurunkan pegangan atau pedoman hidup untuk umat Islam yakni Al-Quran. Fungsi Alquran melampaui dimensi ruang dan waktu. Hal ini ditegaskan oleh ayat-ayat yang terkandung di dalamnya. Salah satu yang dibicarakan dalam Al-Quran adalah kisah orang-orang terdahulu yang menunjukkan bahwa sesungguhnya Al-Quran sedang membicarakan kisah tersebut dalam konteks kekinian dan juga untuk masa yang akan datang (Ranuwujaya), sebagai contohnya adalah surah Ash-Shaaffat. Surat makkiyyah ini turun sebelum Nabi Muhammad SAW berhijrah ke Madinah. Salah satu cerita di dalamnya adalah Nabi Yunus yang ditelan oleh ikan besar. Setelah berada di dalam perut ikan, kondisi Nabi Yunus lemah sekali. Untuk menyelamatkannya dari terpaan panas matahari, Allah menumbuhkan pohon *yaqtin* (sejenis labu). Hal ini termaktub dalam Q.S. Ash-Shaaffat ayat 146 yang berbunyi:

وَأَنۢبَتۡنَا عَلَيۡهِ شَجَرَةٗ مِّن يَقۡطِينٖ ١٤٦

Artinya: *Dan Kami tumbuhkan untuk dia sebatang pohon dari jenis labu*. (Q.S. As-Safaat: 146).

Kata 'labu' dalam ayat tersebut tentu tidak dipilih Allah secara kebetulan. Oleh sebab itu, karya tulis ilmiah kandungan Alquran ini akan mepaparkan mengenai relevansi antara Q.S. Ash-Shaaffat ayat 146 dengan permasalahan yang yang telah dipaparkan sebelumnya baik berdasarkan pandangan ilmiah maupun pandangan Al-Quran. Selain itu akan dipaparkan pula gagasan tentang

pencegahan dan perlindungan kulit dari *vitiligo* berdasarkan Q.S. Ash-Shaaffat ayat 146.

Pandangan Islam terhadap Manfaat dan Kegunaan Daun Labu Siam

Daun labu, secara tidak langsung termaktub dalam Alquran pada surah Ash-Shaaffat ayat 146. Dalam *Tafsir Al-Misbah*, (Shihab, 2002) menghubungkan ayat ini dengan ayat sebelumnya (ayat 145) yang menceritaan kisah Nabi Yunus yang ditelan oleh ikan besar. Setelah beberapa hari di dalam perut ikan besar, Allah memerintahkan ikan tersebut memuntahkan Nabi Yunus ke suatu daerah tandus tidak ditumbuhi tanaman apapun. Karena beberapa saat berada di dalam perut ikan, kondisi Nabi Yunus lemah sekali. Setibanya di daratan, beliau dalam keadaan lemah dan sakit. Hal ini disebabkan penderitaan selama dalam perut ikan, dan kesedihan hati karena sikap kaumnya yang menentang dakwahnya.Untuk menyelamatkannya dari terpaan panas matahari, Allah menumbuhkan pohon *yaqtin* (sejenis labu) di sampingnya. Daun pohon itu melindunginya dan buahnya jadi makanannya sehingga kesehatan Nabi Yunus pun pulih. Lebih lanjut, dalam tafsir yang ditulis oleh Departemen Agama (2010) dipaparkan bahwa pohon tersebut ditumbuhkan oleh Allah untuk memelihara Nabi Yunus dari kepanasan matahari dan kedinginan malam. Dengan daun itulah, Allah menyelimuti badan Nabi Yunus dan melindunginya dari panas matahari sedangkan buah labu tersebut dimakan oleh Nabi Yunus untuk memenuhi kebutuhan hidup.

Akan tetapi, berdasarkan beberapa tafsir yang telah dikemukakan oleh para ahli, satu hal yang belum terkuak adalah jenis labu yang digunakan oleh Nabi Yunus. Seperti halnya dikutip dari ensiklopedi bebas (http://id.wikipedia.org), labu memiliki beberapa spesies. Akan tetapi, labu yang sering ditemukan di Indonesia antara lain waluh (*Cucurbita maxima Duchenes*, *Cucurbita ficifolia Bouche*, *Cucurbita mixta*, *Cucubita moschata Duchenes*, dan *Cucurbita pipo L.*) (*ccrc.farmasi.ugm.ac.id*), belonceng/beligo (*Cucurbita Benincasa*

hispida) dan labu siam (*Cucurbita Sechium edule*) dan tentu saja masih banyak yang lainnya. Untuk memfokuskan gagasan, karya tulis ini mengambil satu spesies labu yakni labu siam (*Cucurbita Sechium edule*).

Analisis Ilmiah Daun Labu Siam terhadap Pencegahan dan Perlindungan Kulit dari *Vitiligo*

Labu siam merupakan tanaman yang biasanya dijadikan sayur di Indonesia. Buah, pucuk, akar dan umbi labu siam semua bisa dikonsumsi. Tanaman labu siam mempunyai prospek sebagai *dietary food* (makanan diet), karena mempunyai kandungan kalori yang rendah dan digunakan sebagai makanan penambah rasa. Bijinya berbentuk seperti kacang yang mengandung sumber protein. Pucuk khususnya kaya akan vitamin A, B dan C. Di Indonesia tidak ada statistik secara tersendiri, data labu siam selalu dikombinasi dengan semua tanaman labu (Biro Pusat Statistik dalam Rahmat, 2009). Akan tetapi berdasarkan letak Indonesia yang berada pada garis khatulistiwa yang membuat Indonesia termasuk zona tropis dengan curah hujan yang tinggi. Di samping itu banyaknya gunung api menjadikan negara yang berada di antara benua Asia dan Australia ini memiliki tanah yang subur, sehingga di Indonesia labu siam sangat cocok tumbuh dan berproduksi terus sepanjang tahun.

Buah dan daun labu mengandung saponin. Di samping itu buahnya juga mengandung alkaloida dan tanin sedangkan daunnya juga mengandung flavonoida dan polifenol (Anonim dalam Rahmat, 2009). Daun dan buahnya sangat cocok untuk merawat penderita hipertensi, arterioskleosis, karang/batu dalam buah pinggang dan melawaskan sistem pembuangan air kecil dan pernafasan. Daun mudanya dapat dijadikan sayur, serta teh herbal yang diambil secara teratur sebagai tonik kesehatan (Anonim dalam Rahmat, 2009). Labu siam juga mengandung antioksidan flavonoid polifenolik, seperti apigenin dan luteolin. Senyawa ini bermanfaat untuk mengikat radikal bebas berbahaya dalam tubuh,

yang berperan dalam pembentukan kanker, penuaan dini, dan berbagai macam penyakit. Buah labu siam juga merupakan sumber antioksidan vitamin C yang cukup baik, yaitu sekitar 7,7 mg/100 gram atau 13 % dari kebutuhan harian yang disarankan (http://www.carakhasiatmanfaat.com). Marliana (2005) pun telah menganalisis ekstraknya, dan dari penelitian tersebut diketahui bahwa tumbuhan tersebut mengandung alkaloid, saponin, kardenolin/bufadienol dan flavonoid. Salah satu kandungan yang dimiliki daun labu adalah 'saponin'. Kurniawan dalam makalahnya yang berjudul *Saponin* menyebutkan bahwa manfaat saponin diantaranya, bagi manusia, saponin dapat dijadikan sebagai pertahanan tubuh (sistem imun), antikanker, antikolesterol (cocok untuk diet). Di samping itu, bagi tumbuhan, saponin diketahui sebagai antimikroba yakni dapat digunakan untuk menghambat jamur serta melindungi tanaman dari serangga. Saponin dianggap sebagai dari sistem pertahanan tanaman dan dengan demikian dimasukkan dalam kelompok besar mol pelindung pada sel tumbuhan (Morrisey & Osboun dalam Kurniawan).

Sistem imun yang terkandung dalam saponin inilah yang membantu pemertahanan kulit saat menghadapi pajanan sinar matahari. Pada latar belakang telah disinggung perihal *vitiligo* yang merupakan salah satu penyakit kulit yang disebabkan oleh sistem imun tubuh menyerang bagian tubuh lain (kelainan autoimun) sehingga membuat pigmen kulit semakin memudar (Arnot, 2009). Lebih lanjut, Arnot menjelaskan bahwa penyakit ini disebabkan dua faktor yakni dari dalam/keturunan (hanya 30%) dan selebihnya dari luar yakni berupa pajanan sinar matahari. Terlepas dari faktor luar maupun dalam, sudah sepatutnya kita menjaga kondisi atau kesehatan kulit kita karena kulit merupakan salah satu rezeki dari Allah, dan kita harus menyukurinya. Sebagaimana yang telah Beliau maktubkan dalam surah Ibrahim ayat 7:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ

إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

Artinya: *Sesungguhnya jika kamu bersyukur, pasti Kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku), maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih.* (Q.S. Ibrahim: 7)

Banyak solusi yang telah ditawarkan untuk mengatasi penyakit *vitiligo*, diantaranya yang paling sering dijumpai terangkum dalam tabel berikut,

Tabel 1. Macam-macam Penyembuhan *Vitiligo*

Solusi	Cara Kerja	Tujuan	Efek Samping
Obat kulit (Arnot dkk, 2009)	Mengoleskan obat pada kulit/mengonsumsi obat	1. Memperbaiki kulit dari luar 2. Memperbaiki kulit dari dalam	1. Overdosis: jika tidak memperhatikan dosis 2. Alergi: tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh 3. Merusak kulit: obat palsu/ bersintetis tinggi
Terapi lumpur (Arnot dkk, 2009)	Mengoleskan lumpur 'khusus' pada bagian tubuh tertentu (bisa juga pada seluruh tubuh)	1. Memasukkan mineral ke dalam kulit 2. Menstimulasi peredaran darah dan menghantar darah segar ke sel kulit 3. Menarik kotoran & mencuci kulit	1. Butuh waktu yang panjang untuk melakukan perawatan 2. Memerlukan biaya yang lumayan banyak 3. Sedikit tempat yang menyediakan jasa terapi lumpur
Bedah kosmetik (Arnot dkk, 2009)	Memotong, memperbaiki flap kulit dan otot, mencangkok kulit dari bagian tubuh	Memperbaiki bagian kulit	1. Memerlukan biaya yang lumayan banyak 2. Kesehatan: nyeri, pendarahan, kerusakan syaraf,

Solusi	Cara Kerja	Tujuan	Efek Samping
	lainnya, menambah bahan sintesis		gangguan respons saraf otot. Apabila bedah kosmetik tersebut menggunakan implan/ sintetis (tidak tahan lama) bisa saja terjadi kebocoran dan menyebabkan kanker kulit 3. Psikologis: menimbulkan kekecewaan (merasa tidak puas karena tidak sesuai yang diinginkan)

Teknik penyelesaian kasus yang dikembangkan di atas memiliki dampak dan resiko masing-masing, selain itu hanya berfokus pada penyembuhan pasca terjangkit penyakit. Di samping itu, para pakar dermatologis menyarankan untuk melakukan pencegahan dengan cara melakukan perlindungan dari luar yang dapat berupa penggunaan pelindung kulit baik topi, payung, serta beberapa kosmetik misalnya losion (http://www.areakesehatan. com). Penggunaan losion dan penyembuhan penyakit yang asal-asalan akan mengakibatkan dampak yang lebih serius. Bukannya menyembuhkan tetapi malah menumbuhkan penyakit baru. Contohnya beberapa produk industri rumahan yang berasal dari Bandung, Jawa Barat yang ditemukan berdasarkan penelusuran Tim *Sigi*. Kosmetik yang ditemukan tersebut terbukti opolosan (tanpa pita cukai) yang 'katanya' menjanjikan hal yang fantastis, bisa memutihkan wajah dalam tempo empat hingga tujuh hari setelah pemakaian. Tetapi faktanya, banyak kasus yang ditemui korban justru mendapatkan wajah rusak dan perlu tindakan medis serius (http://www.liputan6.com).

Losion Yunus dan Keefektifannya

Di atas telah dijelaskan mengenai relevansi antara Q.S. Ash-Shaaffat ayat 146 dengan penyakit *vitiligo* baik dikaji berdasarkan sudut pandang ilmiah maupun ke-Al-Quranan. Selanjutnya adalah uraian tentang gagasan yang diajukan yakni berupa solusi alternatif untuk pencegahan dan perlindungan kulit dari *vitiligo* melalui LY 'Losion Yunus' (daun labu siam). Sebagaimana telah dipaparkan pada efek samping solusi yang pernah ditawarkan sebelumnya, untuk meminimalisasi efek tersebut, daun labu siam (gagasan) ini akan dibuat menjadi losion kulit.

Losion dipilih karena kemudahan pemerolehan bahan/produk pembuatan dan keefektifan penggunaannya (waktu dan biaya). Hal yang harus dilakukan, *pertama*, pembuatan LY. Bahan-bahan yang akan digunakan merujuk pada salah satu penelitian di Universitas Sumatera Utara tentang *Sediaan Perawatan dan Pembersih Kulit* yang telah teruji keabsahannya (http://www.ocw.usu.ac.id). Bahan-bahan tersebut berupa (1) *Emolient* (Bahan pelunak/pelembut) (<5%), (2) *Barrier agent* (Bahan pelindung) (0,3%), (3) *Healing agent* (Bahan berkhasiat=ekstrak daun labu) (± 5%), (4) *Humectans* (Bahan pelembab) (2 %), (5) *Thickeners* dan *Film Farmer* (Bahan pengental-pembentuk selaput) (<1%), (6) Emulgator (0,5%-3%), (7) Pengawet (0,1%-0,2%), (8) Pewangi (5%), (9) Pewarna (0,1 %) dan tambahan air sebesar 86,6%. Cara pembuatan losion tersebut menurut Nussinovich (dalam Purwaningsih, 2014) menyebutkan beberapa tahapan dalam pembuatan *skin lotion* yakni (1) atur komposisi yang sudah ditetapkan, (2) campur bahan 1, 2, 4, 6, dan 7 (sediaan 1), (3) campur bahan 3 dengan air secukupnya, (4) panaskan masing-masing dengan suhu 75R" celsius, (5) aduk-aduk, (6) setelah suhu berangsur turun menjadi 40R" celsius tambahkan pewangi dan zat warna. Hal yang perlu diperhatikan dalam proses pembuatan adalah kualitas bahan, komposisi bahan, suhu ketika dipanaskan, dan periode pengadukan.

Produk yang telah jadi kemudian dikemas dan siap dipasarkan kepada masyarakat. Selain, bahan-bahan mudah untuk didapat, penggunaan losion efektif dari segi waktu. Pengguna tidak perlu perawatan khusus, tetapi langsung bisa menggunakan losion pada saat yang dibutuhkan. LY juga efektif dibawa kemana-mana karena ukurannya yang relatif ekonomis dan tidak memerlukan tempat yang banyak. Pihak-pihak yang diharapkan mampu mendukung gagasan ini diantaranya:

1. Petani
   Usaha para petani untuk memproduksi bahan utama, labu siam, sangat dibutuhkan. Semakin banyak petani yang memproduksi labu siam maka stok bahan utama pembuatan LY ini akan tercukupi meskipun misalnya, permintaan LY semakin meningkat dari tahun ke tahun. Produksi labu siam yang meningkat akan memperbesar dan memperkuat potensi lokal yang dapat dikembangkan di Indonesia.
2. Masyarakat
   Peran serta masyarakat juga sangat dibutuhkan. Pola pikir masyarakat perlu dibentuk (kesehatan) yakni menggunakan bahan herbal untuk mencegah sekaligus melindungi dari penyakit apapun. Di samping itu, perlu ditanamkan pula bahwa produk-produk lokal ternyata memiliki manfaat dan efektif untuk menyembuhkan penyakit.
3. Peneliti
   Pihak peneliti perlu melakukan kajian lanjutan mengenai bahan pangan (tumbuhan) lain yang sekiranya dapat digunakan untuk penyelesaian permasalahan.
4. Pemerintah
   Pemerintah perlu mengadakan suatu bantuan dalam bidang pertanian dan menyelenggarakan program khusus untuk para petani agar produksi labu siam semakin meningkat, misalnya pemberian bibit gratis, pupuk dan obat tanaman gratis/bersubsidi, dan pelatihan pengembangbiakan labu siam dengan berbagai teknik.

Rencana Strategis Pemanfaatan Losion Yunus

Untuk mengimplementasikan gagasan ini langkah-langkah yang perlu dilakukan adalah *pertama*, tahap produksi, (1) memilih bahan dan peralatan yang sesuai standar khususnya pada bidang kesehatan, (2) memproduksi/mengolah bahan sesuai langkah-langkah yang telah disusun, (3) uji coba produk oleh ahli kesehatan dan uji coba pemakaian oleh beberapa sampel penelitian, (4) mengemas produk dengan semenarik mungkin, (5) penentuan harga produk, (6) apabila masih ada yang kurang maka produk tersebut harus didesain ulang, tetapi apabila sudah memenuhi standar, misal BPOM, maka produk dapat disebarluaskan. *Kedua* adalah tahap penyebaran atau pemasaran produk, (1) analisis pasar (mengetahui prospek pasar atau potensi pasar yang dapat diberi produk LY, menganalisa prestise produk saingan untuk mengetahui dan meningkatkan LY yang semakin mantap daya saingnya), (2) pendistribusian ke pasar atau ke konsumen., (3) perluasan atau pengembangan produksi LY.

Losion Yunus Solusinya

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, gagasan yang diajukan ini memang layak untuk diimplementasikan. Mengingat sistem imun (saponin) yang terkandung dalam daun labu siam inilah yang dapat membantu pemertahanan kulit saat menghadapi pajanan sinar matahari. Apalagi jelas-jelas sudah ditegaskan dalam Q.S. Ac-bâffât ayat 146, bahwa daun labu mampu melindung Nabi Yunus dari terpaan sinar matahari dan dinginnya malam. Nabi Yunus yang dalam keadaan sakit dapat sembuh, apalagi kita yang notabene sehat dalam keadaan fisik. Teknik implementasi gagasan ini secara garis besar memiliki dua tahap yakni pembuatan dan penyebaran produk. Pada proses pembuatan produk, komposisi, kualitas bahan atau proses sangat menentukan kualitas hasil LY, sedangkan pada tahap penyebaran produk kemasan/penampilan produk juga perlu dipertimbangkan.

LY ini mampu dipasarkan dalam ranah luas untuk mengatasi kesehatan kulit. Kesehatan merupakan harta yang tidak ternilai harganya, apalagi dilihat dari segi pemerintah permasalahan tentang kesehatan tidak bisa luput begitu saja. Dengan sehatnya kulit-penampilan masyarakat maka akan menambah kepercayaan diri, setelah itu akan pula bertambah daya tahan sehingga produktifitas manusia di dalamnya akan meningkat. Dengan meningkatnya produktifitas tersebut secara otomatis tujuan negara dalam pembukaan UUD 1945 yang berbunyi "mencerdaskan kehidupan bangsa" dapat dicapai secara optimal.

DAFTAR RUJUKAN

AIS/Tim Sigi. 2006. *Waspadai Produk Kosmetik Anda.* (Online) http://news.liputan6.com/read/132403/waspadai-produk-kosmetik-anda diakses tanggal 23 Oktober 2014.

Arnot, David dkk. 2009. *Praktis: Perawatan, Pengobatan Alternatif dan Tradisional*. Jilid 7; Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.

Arnot, David dkk. 2009. *Pustaka Kesehatan Populer*. Jilid 10; Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.

Departemen Agama RI. 2010. *Al-Quran dan Tafsirnya (Edisi Yang Disempurnakan)*. Jilid 8; Jakarta: Penerbit Lentera Abadi.

Gadri, Amila. 2011. *Formulasi Sediaan Tabir Surya dengan Bahan Aktif NanopartikelCangkang Telur Ayam Broiler*. Jurnal Matematika & Sains, Vol. 17 Nomor 3, Desember 2012.

Kurniawan, Ery. Tanpa tahun.*Saponin*. (Online) http://awaliharimu.blogspot.com, diakses tanggal 22 Oktober 2014.

Marliana,Soerya Dewi. 2005. *Skrining Fitokimia dan Analisis Kromatografi Lapis Tipis Komponen Kimia Buah Labu Siam (Sechium edule Jacq. Swartz.)dalam Ekstrak Etanol*. Jurnal Biofarmasi *(*Jurusan Biologi FMIPA UNS Surakarta*) tahun 2005, nomor* 3 (1): 26-31, Februari 2005.

Purwaningsih, Sri dkk. 2014. *Formula skin lition dengan penambahan karagenan dan antioksidan alami dari rhizophora mucronata lamk*. Jurnal akuatika, Vol. V No.1, Maret 2014.

Rahmat, Hardianzah. 2009. [skripsi]*Identifikasi Senyawa Flavonoid Pada Sayuran Indigenous Jawa Barat*. (Online) *seafast.ipb.ac.id/tpc-project/wp.../03/6-pustaka.pdf* . diakses tanggal 23 Oktober 2014.

Ranuwujaya dkk.,Utang. Tanpa tahun. *Pustaka Pengetahuan Al-Quran*. Jilid 6; Jakarta: Rehal Republika.

Riyenni. 2008. *Isolasi Suatu Senyawa Antioksidan dari Daun Labu Siam(Sechium Edule (Jacq.) Swartz)*. (Online) http://digilib.itb.ac.idgdl.phpmod=browse&op=read&id=jbptitbpp-gdl-riyenninim-32651.htm, diakses tanggal 22 Oktober 2014.

Sungkawa, Dadang. Tanpa tahun. Letak Indonesia. (oneline) http://file.upi.edu/Direktori/FPIPS/JUR._PEND._GEOGRAFI/195502101980021-DADANG_SUNGKAWA/Bahan_Ajar_GRI/GRI_Gabungan_Cetak.pdf, diakses tanggal 22 Oktober 2014.

Shihab, Quraish. 2002. Tafsir Al-Misbah (Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Quran). Vol. 12; Jakarta: Lentera Hati.

___. 2014. *Tips Mengatasi Kulit Belang Akibat Efek Sinar Matahari*. (Online) http://www.areakesehatan.com/tips-mengatasi-kulit-belang-akibat-efek-sinar-matahari/, diakses tanggal 22 Oktober 2014.

___.2013. Asbabun Nuzul Surah Ash-Shaffaat. (Online) https://alquranmulia.wordpress.com/2013/01/17/asbabun-nuzul-surah-ash-shaffaat/, diakses tanggal, 22 Oktober 2014.

___. 2014. *Labu atau Perenggi*. (Online) http://flora-kampung.blogspot.com/2014/03/labu-atau-perenggilabu.html, diakses tanggal 23 Oktober 2014.

___. Tanpa tahun. *[pdf] Sediaan Perawatan dan Pembersih Kulit*. (Online)http://ocw.usu.ac.id/course/download/

8170000114-kosmetologi/pap330_slide_sediaan_perawatan_dan_pembersih_kulit.pdf diakses tanggal 23 Oktober 2014.

___. Tanpa tahun. *Kandungan Gizi dan manfaat Labu Siam bagi kesehatan*. (Online) http://www.carakhasiatmanfaat.com/artikel/kandungan-gizi-dan-manfaat-labu-siam-bagi-kesehatan.html#sthash.KsSfjvBM.dpuf diakses tanggal 23 Oktober 2014.

___. 2011. Blonceng Si Besar yang Kaya Manfaat. (Online)http://godagadokatakata.blogspot.com/2011/12/blonceng-si-besar-yang-banyak-manfaat.html diakses tanggal 23 Oktober 2012.

PEMANFAATAN ZAT HISTATIN PADA LUDAH SEBAGAI PENGGANTI ANALGESIK OPIOID MORFIN PADA PENGOBATAN: SOLUSI CERDAS MENGURANGI EFEK NEGATIF PENGGUNAAN ANALGESIK OPIOD BERLEBIH

Oleh :
Wahyu Rahmawati

Ludah dan Kandunagan Ajaibnya

Ludah merupakan air yang keluar dari mulut (KBBI, 2008). Menurut Kimball (1992) ludah merupakan cairan agak pekat dan licin karena mengandung molekul-molekul karbohidrat kecil yang disebut musin. Ludah juga bisa disebut saliva yang merupakan faktor penting dalam pencegahan karies gigi, kelainan periodontal, dan gambaran penyakit mulut lainnya (Amerogen, 1992). Selain itu, dalam penelitian terbaru *The Journal of Federation of American Societies for Experimental Biology* (2012).menyebutkan bahwa adanya produksi obat penenang baru (zat histatin) melalui ludah manusia yang kekuatannya enam kali lipat lebih besar dibandingkan kekuatan morfin. Morfin merupakan analgesik opioid penghilang rasa nyeri, semi sintetis dan sintetis (Munaf, 2008). Morfin yang termasuk dalam analgesik opioid ini dianggap oleh banyak klinisi sebagai obat pilihan pertama untuk penghilang rasa nyeri (Sukandar, 2009).

Nyeri merupakan bagian dari pengalaman makhluk hidup sehari-hari dan merupakan manifestasi dari suatu proses patologis (Chandra, 2009). Saat ini penggunaan obat penghilang rasa nyeri

(analgesik opioid) menjadi permasalahan yang serius di Indonesia (Eko, 2012). Hal ini disebabkan banyaknya penyalahgunaan analgesik opioid terutama penggunaan morfin untuk kepentingan pribadi dan penggunaan yang berlebih dalam pengobatan (BNN dan Puslitkes UI, 2010). Padahal penggunaaan obat-obatan ini memiliki potensi untuk meracuni serta efek samping yang tidak dikehendaki (Ilich, 1995).

Di Indonesia penggunaan analgesik opioid morfin rata-rata dalam pengobatan mencapai 1,0 mg/mL per hari dengan pemakaian 0,2 mg/mL (Sinardja, dkk, 2014). Ini berarti setiap harinya pasien mengonsumsi analgesik opiod morfin sebanyak lima kali. Bagi penderita nyeri akut misalnya dalam hal anastesi penggunaan analgesik opioid morfin ini adalah 1-5 mg/mL per empat jam (Eko, 2013). Tidak hanya itu, penggunaan analgesik opioid ini memberikan kesempatan atau merangsang masyarakat untuk menggunakan opiat dengan sembarang atau pribadi (Kurniawati, 2010). Berdasarkan hasil penelitian BNN bekerjasama dengan Puslitkes UI (2011) tentang Survei Nasional Perkembangan Penyalahgunaan Narkotika di Indonesia, diketahui bahwa angka prevalensi penyalahgunaan narkoba di Indonesia telah mencapai 2,2% atau sekitar 3,7 - 4,7 juta orang dari total populasi penduduk (berusia 10 -59 tahun).

Senada dengan kasus maraknya penggunaan analgesik opioid dalam pengobatan dengan pemakaiannya yang berlebihan, dalam Q.S. Al-Baqarah: 137 Allah berfirman yang artinya:

Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu bangkai, darah, daging babi dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah. Tetapi barang siapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedang ia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, maka tidak ada dosa baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (Q.S. Al-Baqarah: 137).

Selain ayat tersebut, dahulu Nabi Muhammad SAW memberikan sebuah isyarat sebuah pengobatan alternatif yang termaktub dalam sebuah hadis yang berbunyi:

Artinya: *Dengan Nama Allah atas tanah bumi kami, demi air liur sebagian dari kami, sembuhlah yang sakit pada kami, dengan izin Tuhan kami* (Shahih Bukhari hadis No.5413).

Ucapan Nabi Muhammad SAW: "demi air liur sebagian dari kami" menunjukkan bahwa air liur orang mukmin dapat menyembuhkan penyakit, dengan izin Allah SWT tentunya. Hal ini sejalan dengan penelitian terbaru yang ditemukan oleh peneliti *The Journal of Federation of American Societies for Experimental Biology* (FASEB, 2012) mengenai kandungan zat histatin pada ludah yang bermanfaat sebagai pengganti analgesik opioid dalam bidang pengobatan.

Dengan permasalahan yang ada, penulis menyadari perlu adanya upaya untuk menekan pemakaian analgesik opioid khususnya analgesik opioid morfin dalam pengobatan dengan memanfaatkan meteri histatin pada ludah. Karya tulis ini akan menganalisis secara komprehensif analisis pengobatan melalui ludah dalam perspektif Islam, sains serta langkah-langkah strategis penggantian zat narkotik pada analgesik opioid dengan kandungan zat histatin pada ludah.

Pengobatan melalui Ludah dalam Perspektif Islam

Pengobatan melalui ludah merupakan pengobatan yang terinspirasi dari cara pengobatan yang dilakukan oleh Nabi Muhammad SAW dalam mengobati penyakit yang diderita oleh sahabat-sahabatnya (Murad, 2008). Kemampuan yang dimiliki oleh Nabi Muhammad SAW ini termasuk kedalam mukjizat-mukjizat yang dimiliki oleh Nabi Muhammad SAW, dari semua mukjizat tersebut diantaranya adalah dalam menyembuhkan penyakit menggunakan ludah (Yahsubi, 2002). Hal ini sejalan dengan hadis yang diriwayatkan Imam Bukhari pada penjelasan sebelumnya.

Mengenai mukjizat Nabi Muhammad SAW dalam hal pengobatan diantaranya adalah pengobatan melalui ludah. Beberapa bukti mukjizat yang dimaksud adalah sebagai berikut.

1. Nabi Muhammad SAW meludah dimata Ali dalam pertempuran di Khaibar. Saat itu Ali sedang sakit mata dan berkat diludahi Nabi Muhammad SAW, mata Ali sembuh (Murad, 2008).
2. Diriwayatkan dari Habib ibn Abdurrahman, ia cerita Habib menikam kakekku saat perang Badar, luka tikaman itu menganga. Nabi Muhammad SAW lalu meludahi lukanya, merapatkan dan melekatkannya sehingga luka itu melekat (Murad, 2008).
3. Tidak hanya itu dalam (Yahsubi, 2002) diriwayatkan dari Ibn Fudayk bahwa mata ayahnya memutih sehingga tidak mampu melihat apapun. Nabi Muhammad SAW meludahi matanya dan ia dapat melihat. Setelah itu, orang-orang melihatnya mampu memasang benang dalam sebuah jarum keika ia berusia 80 tahun (HR. Ath-Thabrani). Dijelaskan lebih lanjut dalam (Murad, 2002) bahwa mata Abu Zar yang diludahi oleh Nabi Muhammad SAW menjadi lebih sehat dari sebelumnya.

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002) pengobatan adalah proses, cara, perbuatan mengobati seperti secara kimiawi yakni menggunakan senyawa kimia untuk mengobati seseorang yang terkena penyakit. Nabi Muhammad SAW memerintahkan umatnya untuk berobat ketika sakit yakni dalam sabda Nabi Muhammad SAW yang diriwayatkan dari Abu Dawud dari Abu Darda':

Artinya: *Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan obat serta menjadikannya bagi setiap penyakit itu obatnya. Dari itulah berobatlah kamu, tetapi jangan berobat dengan yang haram* (dalam Sabiq, 2004).

Hadis tersebut menjelaskan bahwa setiap penyakit yang diderita oleh manusia tentu ada obat yang dapat menyembuhkannya namun obat yang dimaksud bukanlah obat yang sifatnya haram. Hal ini sesuai dengan Q.S. Al-Baqarah ayat 173 yakni:

إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ ٱلْمَيْتَةَ وَٱلدَّمَ وَلَحْمَ ٱلْخِنزِيرِ وَمَآ أُهِلَّ بِهِۦ لِغَيْرِ ٱللَّهِ ۖ فَمَنِ ٱضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَآ إِثْمَ عَلَيْهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿١٧٣﴾

Artinya: *Sesungguhnya Allah hanya mengharamkan bagimu bangkai, darah, daging babi dan binatang yang (ketika disembelih) disebut (nama) selain Allah. Tetapi barang siapa dalam keadaan terpaksa (memakannya) sedang ia tidak menginginkannya dan tidak (pula) melampaui batas, maka tidak ada dosa baginya. Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.* (Q.S. Al-Baqarah: 173)

Dalam Islam, larangan memakan dan menggunakan hal-hal yang berlebihan dinyatakan dengan tegas dalam Q.S. al-Baqarah ayat 173. Dalam *Alquran dan Tafsirnya* (Dahlan, 1991), penggalan ayat : "Barangsiapa terpaksa oleh keadaan, sedang dia tidak berlaku curang dan tidak melampaui batas, maka tidak ada dosa atasnya" ditafsiri sebagai orang yang terpaksa memakan atau menggunakan sesuatu yang diharamkan Allah karena tidak mendapatkan yang lain, dan dirinya takut akan binasa jika tidak memakan atau menggunakannya sedang dia tidak melampaui kadar yang diperlukan, maka tidak ada dosa atasnya. Dilanjutkan dalam *Alquran dan Tafsirnya* (Ghani, 1975) adapun yang lebih dari itu maka tetaplah hukumnya haram. Ini adalah kehendak Allah dan memang agama Allah tidak memberatkan seorang hamba lebih dari kesanggupannya. Dalam *Tafsir Alquran* (Shiddiqie, 1976) dijelaskan lebih lanjut yaitu memberikan batasan supaya kita tidak menuruti hawa nafsu dalam menafsirkan 'terpaksa' yakni jangan sampai seseorang mengatakan 'terpaksa' padahal sebenarnya tidak. Seseorang yang terpaksa pun memiliki batasan yakni tidak melampaui batas keperluan.

Berdasarkan *Tafsir Al-Misbah* (Shihab, 2002) dijelaskan bahwa keadaan terpaksa adalah keadaan yang diduga dapat mengakibatkan kematian; sedangkan yang dimaksud tidak melampaui batas adalah tidak memakan atau menggunakannya dalam kadar yang melebihi kebutuhan dan memelihara jiwanya. Keadaan terpaksa dengan ketentuan demikian ditetapkan Allah, sesuai dengan penutup ayat ini yakni " Sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang". Penutup ayat ini dipahami oleh beberapa ulama sebagai isyarat keadaan darurat dan keputusasaan. Keputusasaan yang mengantarkan seseorang merasa jiwanya terancam, namun pada seorang mukmin dia akan bertahan dan bertahan sampai datangnya jalan keluar dan pertolongan Allah.

Analisis Pengobatan melalui Ludah dalam Perspektif Sains

Ludah merupakan cairan yang dikeluarkan dari tiga pasang kelenjar dalam mulut dibawah kontrol sistem saraf (Kimball, 1992). Ludah merupakan campuran dari beberapa sekresi kelenjar ludah tersebut (Amerogen, 1992). Sekresi normal saliva sehari berkisar antara 800 - 1500 ml. Ludah berbentuk cairan agak pekat dan licin karena mengandung molekul-molekul karbohidrat protein yang disebut musin. Musin ini memungkinkan ludah mengikat partikel-partikel kecil (Kimball, 1992). Pada umumnya saliva merupakan cairan viskus, tidak berwarna yang mengandung air, mukoprotein, immunoglobulis, karbohidrat komponen-komponen organis seperti, Ca, P, Na, Mg, Cl, Fe, dan J (Tarigan, 1994). Selain itu, ludah merupakan faktor penting dalam pencegahan karies gigi, kelainan periodontal dan gambaran penyakit mulut lainnya (Prasetya, 2008). Menurut Amerogen (1992) ludah dapat melindungi jaringan didalam rongga mulut dengan berbagai cara, yaitu dengan pembersihan mekanis yakni dapat mengurangi keausan oklusi yang disebabkan oleh daya pengunyahan serta agregasi bakteri yang dapat merintangi kolonisasi bakteri.

Menurut Bolscher, dkk (2012) dalam FASEB *Journal* menyebutkan bahwa air liur dapat digunakan sebagai sampel berapa banyak obat tertentu yang dikonsumsi oleh manusia. Penelitian Bolscher, dkk (2012) dalam FASEB *Journal* ini berawal dari kebiasaan binatang terutama kucing dan anjing yang menjilati kulitnya yang terluka sehingga tidak memerlukan obat untuk menyembuhkan lukanya. Binatang ini cukup menjilati lukanya dengan liur atau ludahnya, sehingga dapat mengering dan sembuh dengan cepat. Penelitian tersebut menjelaskan mengapa luka di mulut, seperti luka pencabutan gigi, sembuh lebih cepat dibandingkan dengan luka pada kulit. Dari penelitian tersebut didapatkan pula bahwa histatin yakni protein kecil yang sebelumnya hanya dipercaya membunuh bakteri saja, ternyata bertanggung jawab atas penyembuhan luka. Selain itu, ditemukan pula obat penghilang rasa sakit (penenang) yang kekuatannya enam kali lebih besar dibandingkan kekuatan morfin dan proses produksi zat penenang (histatin) ini secara alami diproduksi oleh tubuh didalam mulut.

Penggantian Zat Narkotik Morfin pada Analgesik Opioid dengan Kandungan Zat Histatin pada Ludah

Analgesik opioid adalah golongan obat penghilang nyeri, semisintetis dan sintetis yang sebagian sifat-sifatnya sama atau hampir sama dengan opium atau morfin (Munaf, 2008). Obat ini menurunkan saraf pada lintasan sensori yang memberi isyarat pada rasa nyeri yang efektif (Kimball, 1992). Morfin yang termasuk dalam analgesik opioid dianggap oleh banyak klinisi sebagai obat pilihan pertama untuk penghilang rasa nyeri (Sukandar, 2009). Pengaruh akibat morfin dan opiat lain misalnya dalam mengurangi rasa sakit dapat dipahami bahwa obat-obatan ini hanya berpengaruh pada kelompok-kelompok neuron tertentu yang merupakan reseptor dari morfin (Kimball, 1992).

Menurut Bolscher, dkk (2012) dalam FASEB *Journal* menyebutkan bahwa ludah manusia mengandung peptida histatin 1 (Hst1) yang dapat mempercepat re-epitelisasi (pembentukkan epitel

kembali) dalam model luka sederhana dan kompleks. Ini merupakan contoh dari peptida linear yang dapat meningkatkan aktifitas molar yakni 1000 kali lipat pada proses siklisasi.

Solusi yang pernah ditawarkan sebelumnya adalah penggunaan analgesik opioid yang menggunakan beberapa senyawa yang termasuk kedalam opiat atau narkotik (Rahardjo, 2004). Penggunaan utama opioid ini adalah untuk mengatasi rasa nyeri yang tidak hilang dengan analgesik biasa (Sinardja, 2013). Penggunaan obat-obatan ini harus hati-hati karena dapat mendepresi pusat pernapasan dan menimbulkan adiksi atau kecanduan serta ketergantungan fisik dan psikis (Rahardjo, 2004). Golongan opioid ini disebut sebagai opiat atau narkotik dikarenakan obat ini menurunkan kesadaran (Munaf, 2008). Penggolongan opioid yang dimaksud dibedakan menurut jenis, efek dan contoh senyawa masing-masing seperti yang ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1 Penggolongan Analgesik Opioid Menurut Jenis Efek dan Contoh Senyawa Masing-Masing

Jenis Efek	Senyawa	Lama Efek / Jam
Agonis Kuat	Morfin	4-5
	Meperidin	2-4
	Metadon	5-6
Agonis sedang	Kodein	3-4
	Oksikodon	3-4
	Propuksifen	3-4
Agonis Parsial (Agonis-Antagonis)	Pentazosin	3-4
	Nalbufin	3-6
	Buprenorfin	3-8

Sumber: Kumpulan Kuliah Farmakologi

Setiap obat ini menghasilkan dua pengaruh fisiologis (Eko, 2013). Pengaruh yang pertama ialah toleran yakni keperluan untuk terus-menerus menaikkan dosis agar tercapai efek fisiologis dan efek psikologis yang sama. Pengaruh yang kedua ialah ketergantungan fisik yakni kecanduan (adiksi) yang menunjukkan ketidak-

mampuan untuk meninggalkan obat itu (Nasyid, dkk, 2014). Setelah suatu periode pemakaian yang teratur, maka penghentian obat tersebut menyebabkan terjadinya reaksi fisik maupun mental secara tiba-tiba (Sukandar, 2009). Hal ini tidak menyenangkan dan terkadang bersifat fatal (Kimball, 1992). Selain hal tersebut, obat-obatan ini selalu mempunyai potensi untuk meracuni dan efek samping yang tidak dikehendaki seiring dengan daya kerja dan penggunaannya secara luas (Ilich, 1995). Efek samping yang dimaksud dari analgesik opioid yakni morfin tertera pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Efek Samping Utama Analgesik Opioid Morfin

No	Efek	Manifestasi
1.	Perubahan suasana hati dan *mood*	Disforia (tidak merasa senang)
		Euforia (senang berlebih-lebihan)
2.	Somnolens	Letargia (lemah)
		Tidak dapat konsentrasi (apatis)
3.	Rangsangan Chemreceptor	Mual, muntah
4.	Depresi Pernapasan	Laju napas turun
5.	Gerakan sel cerna berkurang	Spasme saluran empedu
		Retensi urin
6.	Pelepasan histamin	Biduran, kemerahan dan gatal
7.	Toleransi	Dosis harus lebih besar agar mendapatkan efek yang sama
8.	Ketergantungan	Gejala putus obat jika dihentikan mendadak

Sumber: *ISO Farmakoterapi*

Penggunaan analgesik opioid ini tidak hanya berdampak pada kesehatan saja, melainkan dalam kehidupan sosial menimbulkan penyalahgunaan analgesik opioid yakni narkotik untuk kepentingan pribadi (Kurniawati, 2010). Hal ini terlihat dari semakin

meningkatnya pengguna narkoba dari tahun ke tahun dan adanya penanam ganja yang beralih ke usaha legal produktif dengan target capaian di tahun 2013 sebesar 65 orang dari jumlah keseluruhan (BNN, 2014).

Konsumsi morfin baik laki laki-laki dan perempuan saat pra operasi pada usia 20-30 tahun adalah 75 mg menurun ketika berusia 60 – 70 tahun yakni sebesar 30 mg (Sinardja, 2013). Sedangkan kebutuhan analgesik opioid morfin 24 jam pertama setelah operasi adalah 100 mg untuk pasien dengan umur lebih dari atau sama dengan 20 tahun (Madeira, 2008). Penggunaan analgesik opiod morfin per jam menunjukkan peningkatan kebutuhan pada pukul sembilan pagi dan delapan malam (Cheung, 2009). Data ini menunjukkan bahwa analgesik opioid khususnya analgesik opioid morfin menjadi obat penenang dan penghilang nyeri yang paling dibutuhkan dalam pengobatan dengan dosis yang kian meningkat. Padahal penggunaan analgesik opioid secara berlebihan dan terus menerus memiliki efek yang tidak baik untuk kesehatan tubuh manusia (Kemenkes RI, 2014). Tidak hanya itu efek dari penggunaan analgesik opioid seperti morfin menyebabkan terjadinya penyalahgunaan opiat atau zat psikoaktif (Suryanto, 2013).

Penyalahgunaan zat psikoaktif merupakan masalah yang sering terjadi di seluruh dunia, dan berhubungan dengan peningkatan mortalitas dan morbiditas (Suryanto, 2013). WHO telah mengidentifikasi penggunaan alkohol, tembakau, dan obat terlarang merupakan dua puluh faktor resiko tertinggi penyakit (WHO, 2006). Data epidemiologi diperoleh dari berbagai penelitian epidemiologis yang dilakukan Badan Narkotika Nasional (BNN) bekerjasama dengan Pusat Penelitian Kesehatan UI (Puslitkes UI) pada tahun 2008 menunjukkan data estimasi 3.6 juta penduduk Indonesia berusia 15 – 64 tahun (1.99% dari total penduduk Indonesia) menggunakan narkotika, alkohol, psikotropika, dan zat adiktif lainnya (disingkat NAPZA) secara teratur, di mana 31% dari

kelompok ini atau sekitar 900,000 orang mengalami ketergantungan heroin dan lebih dari setengahnya adalah pengguna heroin suntik (Kemenkes RI, 2010a). Gangguan penggunaan NAPZA adalah suatu masalah biopsiko-sosial-kultural yang sangat kompleks. Terapi dan rehabilitasi gangguan penggunaan NAPZA harus bersifat holistik dengan memperhatikan faktor biologis, psikologis, dan kepribadian, serta faktor sosio-kultural dalam arti luas (termasuk spiritual, ekonomi, legal) (Kemenkes RI, 2010b).

Berdasarkan fenomena tersebut, maka diperlukan langkah-langkah yang lebih efektif untuk menyiasati kasus yang ada. Langkah yang ditawarkan oleh penulis adalalah analgesik alami, yaitu penggantian penggunaan bahan-bahan yang bersifat narkotik pada analgesik opioid morfin dengan kandungan zat histatin pada ludah. Hal ini berdasarkan hadis Nabi Muhammad SAW yang menyebutkan bahwa air liur (ludah) manusia dapat menyembuhkan penyakit. Selain itu, dalam penelitian terbaru FASEB *Journal* menyebutkan bahwa kandungan zat histatin pada ludah memiliki manfaat yang besar jika digunakan menjadi obat penenang. Penggantian kandungan opiat terutama morfin pada analgesik opioid ini bertujuan untuk mengurangi penggunaan bahan yang sifatnya narkotik pada obat-obatan, sehingga diharapkan konsep analgesik alami dapat mengurangi penggunaan opioid dalam pengobatan maupun konsumsi ilegal masyarakat. Pihak-pihak yang dipertimbangkan dapat menjadi pendukung terwujudnya adalah:

1. Kementerian Kesehatan

   Kementrian kesehatan berperan dalam memberikan fasilitas pada lembaga penelitian untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Selain itu Kementrian Kesehatan berperan dalam mengevaluasi laporan perkembangan penggunaan analgesik alami baik dari lembaga penelitian, perhimpunan dokter serta masyarakat sehingga dapat menentukan keputusan lebih lanjut.

2. Lembaga Penelitian

   Lembaga Penelitian berperan menyempurnakan konsep analgesik alami dengan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai materi yang dikandung zat histatin pada ludah. Lembaga penelitian ini juga berperan dalam perancangan serta pembuatan analgesik alami pengganti analgesik opioid terutama morfin. Di samping itu lembaga penelitian juga berperan dalam mensosialisasikan analgesik ini pada perhimpunan dokter untuk diterapkan.

3. Perhimpunan Dokter

   Perhimpunan Dokter berperan memantau perkembangan pasien setelah menggunakan analgesik alami sebagai pengganti analgesik opioid. Selain itu perhimpunan dokter perlu mengevaluasi perbedaan penggunaan analgesik alami dengan analgesik opioid pada pasien dan melaporkan hasil pantauan dan evaluasi pada lembaga penelitian dan Kementrian Kesehatan untuk menentukan tindakan lebih lanjut.

4. Masyarakat

   Masyarakat berperan sebagai pengguna. Selain itu, juga diminta untuk meyebarluaskan kepada masyarakat lain yang membutuhkan.

Langkah Strategis untuk Memaksimalkan Pemanfaatan Zat Histatin pada Ludah Sebagai Pengganti Analgesik Opioid Morfin

Kementrian Kesehatan sebagai lembaga tertinggi dalam ranah kesehatan memberikan fasilitas pada lembaga penelitian untuk melakukan penelitian lebih lanjut sebagai upaya untuk menyempurnakan konsep analgesik alami. Selanjutnya lembaga penelitian dengan fasilitas yang disediakan melakukan penelitian serta pembuatan analgesik alami di bawah pantauan Kementrian Kesehatan. Dalam hal ini Kementrian Kesehatan perlu melegalisasi analgesik alami ini sehingga bisa digunakan dalam ranah luas pada masya-

rakat. Setelah itu, pembuatan analgesik alami ini perlu diinformasikan atau disosialisasikan pada perhimpunan dokter untuk diterapkan. Dokter sebagai pihak yang melakukan secara langsung penerapan analgesik ini perlu memantau perkembangan pasien dan melaporkan hasil evaluasinya pada perhimpunan dokter, lembaga penelitian dan berakhir di Kementrian Kesehatan untuk menentukan kebijakan lebih lanjut.

Aplikasi Konsep Analgesik Alami dalam Kehidupan

Konsep analgesik alami merupakan sebuah konsep penggantian penggunaan opiat pada analgesik opioid terutama analgesik opioid morfin yang digunakan dalam pengobatan. Dengan berdasarkan hadis yang menyebutkan bahwa air liur (ludah) manusia dapat digunakan sebagai obat maka dirancanglah sebuah solusi preventif untuk mengurangi efek penggunaan analgesik opioid ini pada kesehatan. Gagasan ini diajukan dengan melihat kondisi para medis Indonesia bahkan dunia yang menjadikan analgesik opioid sebagai obat penghilang nyeri utama dalam pengobatan. Bahkan banyak klinisi menilai analgesik opioid morfin adalah analgesik utama yang digunakan dalam pengobatan. Padahal penggunaan analgesik opioid ini memiliki dampak negatif yang sangat besar apabila digunakan terus-menerus dan berlebihan. Selain itu, penggunaan analgesik opioid ini menimbulkan peningkatan penggunaan zat opiat pada masyarakat secara ilegal. Hal ini mengindikasikan perlunya gagasan baru untuk menyiasati fenomena yang ada. Oleh karena itu, penulis mengajukan konsep analgesik alami yang merupakan bentuk aplikasi dari hadis yang Nabi Muhammad SAW. Dengan konsep analgesik alami ini masyarakat dapat mengurangi penggunaan analgesik opioid dalam bidang pengobatan sehingga mengurangi adanya dampak buruk pada kesehatan. Selain itu penggunaan opiat yang bersifat narkotik secara ilegal pada masyarakat bisa mengalami penurunan.

Implementasi konsep ini dilakukan melalui beberapa teknis yakni: (1) Kementrian Kesehatan berperan dalam penyediaan

fasilitas, pemantauan serta legalisasi konsep analgesik alami yang telah dibuat oleh lembaga penelitian (2) Selanjutnya, lembaga penelitian dengan fasilitas yang disediakan melakukan penelitian lebih lanjut, pematangan serta penyempurnaaan konsep analgesik alami serta mensosialisasikan pada perhimpunan dokter (3) Perhimpunan dokter melalui dokter-dokter yang ada sebagai pihak yang melakukan perlu mengevaluasi dan hasilnya dilaporkan pada kementrian kesehatan serta memantau perkembangan kesehatan pasien (4) Kementrian Kesehatan melakukan tindakan lebih lanjut dan menentukan kebijakan selanjutnya setelah menerima pelaporan dari perhimpunan dokter. Pengaplikasian konsep analgesik alami dalam kehidupan akan memberikan manfaat yang besar terutama dalam bidang kesehatan. Diharapkan terjadi pengurangan dampak negatif yang ditimbulkan oleh analgesik opioid morfin pada kesehatan.

DAFTAR RUJUKAN

Amerogen, N. 1992. *Ludah dan Kelenjar Ludah Arti bagi Kesehatan Gigi*. Yogyakarta: GadjahMada University Press.

Ash-Shiddieqy. M. H. 1964. Tafsir An-Nur Djuz 1. Jakarta: N.V Bulan-Bintang.

BNN dan PusLitKes UI. 2010. *Survey Nasional Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba di Indonesia*. Jakarta: BNN

Bolscher, M. *Sortase A As A Tool For High-Yield Histatin Cyclization*. 2012. The FASEB Journal Research Communication

Chandra, S. 2009. *Panduan Tatalaksana Nyeri Perioperatif*. Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Anestesiologi dan Reanimasi Indonesia.

Cheung CW et al. *An audit of postoperative intravenous patient-controlled analgesia with morphine: Evolution over the last decade.* European Journal of Pain 2009;13:464–471.

Dahlan, M. 1991. *Alquran dan Tafsirnya*. Jakarta: Depag RI

Depag. 2003. *Islam unuk Disiplin Ilmu Kesehatan dan Kedokteran 2 (Fiqh Kontemporer)*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kelembagaan Agama Islam.

Eko, P. 2013. *Terapi Farmakologi Nyeri Neuropatik Pada Lanjut Usia*. Denpasar: Udayana

Ghani, A.B. 1975. *Alquran dan Tafsirnya*. Jakarta: Depag RI

Illich. 1995. *Batas-Batas Pengobatan Perampasan Hak unuk Sehat*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.

Kemenkes RI. 2010a. *Modul Konseling Adiksi NAPZA bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes.

Kemenkes RI. 2010b. *Pedoman Konseling Adiksi NAPZA bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes.

Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Injecting Drugs User (IDU) dan HIV/AIDS Tahun 2013*. Jakarta: Kemenkes.

Kimball, W. 1992. *Biologi*. Jakarta: Erlangga.

Kurniaty, E. 2010. *Gambaran Skrining Keterlibatan Penggunaan Alkohol, Rokok Dan Zat Adiktif Pada Mahasiswa D3 Fakultas Teknik Universitas Gadjah Mada*. Yogyakarta: FK UGM.

Madeira I et al. Morphine Patient Controlled Analgesia for Post-operative Analgesia in Patients Who Have Transplanted Cadaver Donor Kidneys.Oporto Hospital Centre. 2008:125-130.

Munaf, S. 2004. *Kumpulan Kuliah Farmakologi*. Jakarta: Kedokteran EGC

Murad, M. 2008. *Mukjizat Rasulullah 1000 Mukjizat Nabi Akhir Zaman*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Nasyid, dkk. 2014. *Perbandingan Efek Pemberian Ketamin 0,15 Mg/Kgbb Iv Prainsisi dan Ketamin 0,15 Mg/Kgbb Iv Pascabedah terhadap Kebutuhan Analgesik Morfin Pascabedah pada Pasien Operasi Ortopedi Ekstremitas Bawah*. Makasar: FK UHM

Prasetya, R. 2008. *Perbandingan Jumlah Koloni Bakteri Saliva Pada Anak-Anak Karies Dan Non Karies Setelah Mengkonsumsi Minuman Berkarbonasi*. Jember: FKG UNJ.

Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia.* Jakarta: Balai Pustaka.

Rusyd. 2003. *Islam untuk Disiplin Ilmu Kesehatan dan Kedokteran 2 (Fiqh Kontemporer).* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Sabiq, S. 2004. *Fiqhus Sunnah*. Kairo: Dar al Fath lil I'iam.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 1*. Jakarta: Lenteran Hati.

Sukandar, Y. 2009. *ISO Farmakoterapi*. Jakarta. PT ISFI.

Tarigan, R. 1994. *Kesehatan Gigi dan Mulut*. Jakarta: EGC.

WHO. 2006. *Validation of the Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST) and Pilot Brief Intervention: A Technical Report of Phase II Findings of the WHO ASSIST Project*. Geneva: WHO Press.

Yahsubi, A. 2002. *Keagungan Kekasih Allah Muhammad SAW Keistimewaan Personal Keteladanan Berisalah*. Jakarta: PT Raja Grfindo Persada.

ANALISIS PENGARUH TIDUR SETELAH SHUBUH TERHADAP KEKACAUAN IRAMA SIRKADIAN DAN OBESITAS

Oleh :
Vilda Rima Aulia Zahroh, Baiq Muna

Realita Obesitas

Data WHO pada bulan Mei 2014 menyatakan bahwa sebanyak 1,9 miliar manusia dengan umur 18 tahun atau lebih dikategorikan kelebihan berat badan dan diantaranya terdapat 600 juta jiwa yang tergolong obesitas. Ditahun yang sama, jurnal medis Lancet merilis daftar negara-negara dengan tingkat obesitas tertinggi di dunia dan Indonesia berada diperingkat 10 dunia dikutip dari www.bbc.co.uk.

Obesitas disebabkan oleh ketidakseimbangan antara jumlah energi yang masuk dengan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk berbagai fungsi biologis seperti pertumbuhan fisik, perkembangan, aktivitas, pemeliharaan kesehatan.1 Jika keadaan ini berlangsung terus menerus *(positive energy balance)* dalam jangka waktu cukup lama, maka dampaknya adalah terjadinya obesitas (Sartika, 2011)

Menurut Asiah (2009) obesitas merupakan keadaan berlebihnya lemak tubuh secara absolut maupun relatif. Banyak orang menekankan bahwa kajian obesitas disebabkan karena konsumsi makanan berlebih tanpa diimbangi dengan olahraga yang cukup. Padahal obesitas dapat dikaji dari segi kebiasaan tidur yang tidak teratur terutama tidur setelah shalat shubuh. Hubungan antara tidur setelah shalat shubuh dengan obesitas adalah dari segi kekacauan irama sirkadian tubuh.

Irama sirkadian merupakan irama yang seiring dengan rotasi bola dunia dan semua makhluk hidup mempunyai irama kehidupan yang sesuai dengan beredarnya waktu dalam siklus 24 jam (Japardi, 2002). Irama sirkadian ini beredar sesuai dengan waktu gelap-terang sehingga metabolisme tubuh mengatur untuk tidur diwaktu malam hari dan beraktivitas diwaktu siang hari. Hal ini sesuai dengan firman Allah surat Al-Furqon ayat 47:

وَهُوَ ٱلَّذِى جَعَلَ لَكُمُ ٱلَّيۡلَ لِبَاسٗا وَٱلنَّوۡمَ سُبَاتٗا وَجَعَلَ ٱلنَّهَارَ نُشُورٗا ٤٧

Artinya: *Dialah yang menjadikan untukmu malam (sebagai) pakaian, dan tidur untuk istirahat, dan Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha.* (Q.S. Al-Furqon: 47)

Tepat sekali bahwa Allah memerintahkan manusia untuk tidur dimalam hari dan beraktivitas diwaktu siang hari yang sesuai dengan irama sirkadian tubuh jika terbalik maka akan terjadi kekacauan irama sirkadian tubuh. Kekacauan irama sirkadian menyebabkan metabolisme tubuh mengalami ketidakteraturan. Tidak seimbangnya metabolisme tubuh karena kekacauan irama sirkadian menyebabkan penumpukan lemak dibawah permukaan kulit yang berlebih yang menyebabkan obesitas.

Pengaruh Irama Sirkadian Terhadap Metabolisme Tubuh

Semua makhluk hidup mempunyai irama kehidupan yang sesuai dengan beredarnya waktu dalam siklus 24 jam yang disebut dengan irama sirkadian. Pusat kontrol irama sirkadian terletak pada bagian ventral anterior hipotalamus. Bagian susunan saraf pusat yang mengadakan kegiatan sinkronisasi terletak pada substansia ventrikulo retikularis medulo oblogata yang disebut sebagai pusat tidur. Sedangkan bagian susunan saraf pusat yang menghilangkan sinkronisasi/desinkronisasi terdapat pada bagian rostral medulo oblogata disebut sebagai pusat penggugah atau *aurosal state* (Japardi, 2002).

Irama sirkadian tidur merupakan salah satu dari beberapa irama intrinsik tubuh yang diatur oleh hipotalamus. Jalur *rethinohypothalamic* memberikan rangsang secara langsung terhadap nucleus suprachiasma. Penurunan irama sirkadian dimalam hari diperkirakan berguna untuk membantu otak agar tetap tidur selama semalam sehingga terjadi restorasi penuh dan mencegah kebangkitan premature (Arifin *et al*, tanpa tahun). Dalam keadan normal fungsi irama sirkadian mengatur siklus biologi irama tidur-bangun, dimana sepertiga waktu untuk tidur dan dua pertiga untuk bangun/aktivitas. Siklus irama sirkadian ini dapat mengalami gangguan, apabila irama tersebut mengalami pergeseran.

Japardi (2002) menyatakan bahwa gangguan tidur disebabkan adanya irama sirkadian tubuh yang tubuh yang tidak teratur sehingga menyebabkan jet-lag sindroma, perubahan jadwal kerja, sindroma fase terlambat tidur, sindroma fase tidur belum waktunya, bangun tidur tidak teratur, tidak tidur selama 24 jam. Gangguan-gangguan yang terjadi akibat adanya irama sirkadian tubuh yang tidak teratur menyebabkan metabolisme tubuh yang mengatur seluruh proses kimia didalam tubuh juga mengalami ketidak teraturan.

Tidur yang sudah sudah dikondisikan oleh irama tubuh mengikuti waktu gelap terang berhubungan dengan fungsi tubuh. Fungsi tubuh berupa metabolisme tersebut akan meningkat atau sangat aktif pada siang hari tetapi akan menurun atau tidak aktif pada malam hari. Masa selama siang hari disebut sebagai fase *ergotropic* dimana kinerja manusia berada pada puncaknya, sedangkan masa malam hari disebut fase *trophotropic* dimana terjadi proses istirahat dan pemulihan tenaga. Dalam keseharian-nya, tubuh mengalami perubahan suhu yang mengatur bagaimana perasaan dan energi manusia. Jika suhu tubuh sedang tinggi, maka saat itulah waktu yang tepat untuk dipakai beraktivitas dan melakukan kegiatan, sebaliknya jika suhu tubuh sedang turun, maka itulah waktu terbaik untuk tidur.

Pada waktu setelah shubuh hingga tengah hari tubuh manusia mengalami kenaikan suhu yang optimal sehingga diwaktu itulah saat-saat yang paling baik untuk beraktivitas. Dan suhu tubuh mulai tengah hari sampai awal sore mulai menurun. Jika memaksakan diri untuk tidur diwaktu pagi hal tersebut samadengan melawan arus tubuh dan memaksa otak beristirahat sebelum waktunya. Sehingga pada malam hari orang-orang dianjurkan untuk tidur dan melakukan aktivitas siang harinya karena tubuh memiliki jam-jam tertentu untuk beraktivitas.

Sesuai dengan firman Allah surat Al-Furqon ayat 47

وَهُوَ ٱلَّذِى جَعَلَ لَكُمُ ٱلَّيْلَ لِبَاسًا وَٱلنَّوْمَ سُبَاتًا وَجَعَلَ ٱلنَّهَارَ نُشُورًا ﴿٤٧﴾

Artinya: *Dialah yang menjadikan untukmu malam (sebagai) pakaian, dan tidur untuk istirahat, dan Dia menjadikan siang untuk bangun berusaha.* (Al-Furqon: 47)

Dalam *Tafsir Al-Misbah* karangan M. Quraish Shihab dijelaskan bahwa Ayat di atas menyatakan : *Dan* di antara bukti-bukti keesaan Allah dan kekuasaan-Nya adalah bahwa *Dia-lah* sendiri *yang mnejadikan untuk kamu* sekalian *malam* dengan kegelapannya *sebagai pakaian* yang menutupi diri kamu, *dan* menjadikan *tidur sebagai pemutus* aneka kegiatan kamu sehingga kamu dapat beristirahat guna memulihkan tenaga, *dan Dia* juga *menjadikan siang untuk bertebaran* antara lain berusaha mencari rezeki. Ibn 'Asyur juga membuka dua kemungkinan makna bagi kata *nusyûr*. Pertama dalam arti bertebaran mencari rezeki di siang hari dan kedua dalam arti kebangkitan dari kubur. Sehingga sangatlah jelas bahwa Allah memerintahkan kita menghidupkan pagi hari dengan aktivitas-aktivitas yang bermanfaat dan memanfaatkan malam hari untuk istirahat dan tidur seperti pakaian yang menutupi kita.

Pengaruh Ketidaksinkronan Irama Sirkadian Terhadap Peluang Muculnya Obesitas

Ritme irama sirkadian berpengaruh terhadap perubahan struktur kimia, interaksi sel-sel tubuh dan fungsi organ tubuh setiap hari. Ritme sirkadian itu sendiri adalah siklus perubahan fisik, mental dan kebiasaan suatu organisme dalam 24 jam. Ritme sirkadian juga sangat dipengaruhi oleh jam biologis seseorang termasuk pola istirahat tidur. Keadaan ini menimbulkan adanya variasi dalam struktur kimia dan fungsi tubuh. Hal ini juga berkaitan dengan peningkatan kebutuhan oksigen tubuh pada pagi hari, keluarnya hormon kortisol, Angiostensin, Katekolamin dan masih banyak lagi yang lain. Hormon-hormon tersebut mempengaruhi fungsi dan struktur kimia dalam pembuluh darah serta mempengaruhi tekanan darah dan kesehatan jantung.

Irama sirkadian tubuh pada jam-jam dengan rentang 05.00-07.00 adalah waktu dimana usus besar mengalami mulai bekerja mengeluarkan sisa pencernaan yang sudah tidak lagi digunakan untuk metabolism tubuh. Pada waktu ini pula dianjurkan untuk Buang Air Besar (BAB) agar sisa-sisa pencernaan tidak mengganggu proses tubuh yang lain (Efendi, 2011).

Tidur diwaktu pagi menyebabkan keluarnya hormon kortisol secara berlebih dan tidak teratur yang nantinya akan menumpuk dibagian perut sehingga perut akan membuncit. Selain itu, tidur setelah shubuh samadengan membiarkan tubuh tidak beraktivitas untuk membakar energi. Sehingga akan menyebabkan penumpukan lemak dibawah permukaan kulit berlebih dan menyebabkan obesitas.

Tidur Ala Rasulullah sebagai Solusi Mengendalikan Irama Sirkadian Tubuh dan Obesitas

Hadis dari Abi Barzah r.a. menjelaskan bahwa Rasulullah saw. membenci tidur sebelum Isya dan berbincang-bincang (begadang) setelahnya. (HR Bukhari No. 568). Keterangan hadist tersebut adalah sebagai berikut, Ibnu Hajar a-Asqalani dalam kitab *Fathul*

Bâri berkata "Nabi membenci tidur sebelum isya karena bisa menyebabkan kita keluar dari waktu isya yang sesungguhnya atau waktu yang terpilih. Dan mengobrol setelah isya menyebabkan tidur pada waktu subuh yang utama atau tidak bangun untuk shalat malam.

At-Tirmidzi berkata dalam kitab *as-sunan,* "para ulama dari sahabat-sahabat Nabi saw., tabiin, dan ulama setelahnya, mereka berbeda pendapat dalam masalah berbincang-bincang atau mengobrol setelah akhir waktu isya. Sebagian mereka membenci berbincang-bincang setelah isya dan sebagian lagi memperbolehkan apabila tujuannya belajar atau kepentingan yang mendesak. Adapun kebanyakan ulama hadist memperbolehkan. Hal itu seperti dijelaksan dalam hadis Ibnu Masud r.a., ia berkata bahwa Rasulullah saw. bersabda, "Janganlah begadang, kecuali untuk keperluan shalat atau bepergian" (Shahih al-Jâmi ash-Shagîr karya al-Albani No. 7499).

Cara untuk menyatukan pengertian antara dua hadis yang bertentangan tadi adalah kita mengambil hadist yang melarang begadang jika begadang itu tidak ada tujuan keagamaan atau tidak ada tujuan yang penting. Hal yang berkaitan dengan tidur sangat diperhatikan dalam Islam karena urusan tidur akan berpengaruh terhadap kesehatan tubuh manusia. Rasulullah mencontohkan waktu tidur yang benar dan firman Allah dalam Alquran pun banyak yang membahas tentang tidur. Salah satunya di dalam Alquran surat Al-Muzzammil ayat 1-4 yang artinya,

Wahai orang yang berselimut! Bangunlah pada malam hari, kecuali sebagian kecil. Yaitu separuhnya atau kurang sedikit dari itu, atau lebih dari separuh itu, dan bacalah Alquran itu dengan perlahan-lahan. (Q.S. Al-Muzzammil: 1-4)

Sesuatu yang disebutkan dalam Alquran adalah sesautu yang penting. Dari hal tersebut dapat kita simpulkan bahwa waktu untuk tidur dan bangun tidur adalah hal yang perlu untuk dikaji.

Berdasarkan riwayat, Rasulullah SAW. tidur setelah isya dan bangun di malam hari (separuhnya atau kurang sedikit atau lebih dari itu). Setelah Rasulullah melakukan semua aktivitas malam yaitu beribadah dan bertafakkur, kemudian Rasulullah tidur lagi setelah adzan pertama subuh (yaitu 15 menit sebelum adzan subuh kedua). Setelah itu Rasulullah tidak pernah tidur setelah shalat subuh, dan Rasulullah tidur lagi sekitar 15 menit sebelum adzan dzuhur. Hal ini sesuai dengan hadis Rasulullah "lakukanlah qailullah (tidur siang), karena sesungguhnya syetan itu tidak melakukan qailullah." (HR Ath-Thabrani). Menurut Purwanto (2008), para ilmuwan menekankan bahwa tidur siang sangatlah penting, agar sesorang bisa mengganti yang kurang dari tidur malamnya.

Beberapa peneliti dari *University of Massachusetts Amherst* melakukan penelitian terhadap 40 anak pra-sekolah untuk mengetahui dampak tahap tidur dan apakah ingatan secara aktif berproses selama tidur siang. Pemimpin penulis studi tersebut Rebecca Spencer, ahli jiwa penelitian di universitas itu menyatakan bahwa studi kami memperlihatkan tidur siang membantu anak-anak mengingat secara lebih baik apa yang mereka pelajari. Menurut *penelitian National Sleep Foundation* Amerika Serikat, tidur siang sangat bermanfaat bagi manusia. Tidur siang selama 20-30 menit dapat membantu meningkatkan mood, kewaspadaan dan performansi. Beberapa orang terkenal yang memiliki kebiasaan tidur siang : Nabi Muhammad SAW, Winston Churchill, John F. Kennedy, Ronald Reagen, Napoleon, Albert Einstein, Thomas Edison. Hal ini menjadi motivasi penulis untuk pengembangan tulisan ini adalah membahas tentang waktu tidur yang benar.

Rekomendasi dan Saran

Tidur merupakan kebutuhan tubuh untuk istirahat dan memperbaiki system tubuh setelah beraktivitas, tetapi tidur yang baik adalah tidur yang sesuai dengan kebutuhan. Sebaiknya tidur tepat pada waktunya dan tidur jika memang benar-benar lelah. Tidur

yang baik adalah tidur yang sesuai dengan cara tidur Rasulullah, tidur ketika ngantuk dan tidak berlebihan dalam tidur. Selalu menjaga kesehatan tubuh dengan beraktivitas agar pembakaran lemak terjadi dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

Arifin, Arief Riadi. Ratnawati dan Burhan, Erlina. Tanpa tahun. *Fisiologi Tidur dan Pernapasan. Artikel.* Jakarta : Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi FKUI – SMF Paru RSUP Persahabatan (Online) (http://jurnalrespirologi.org/jurnal/Jan10/Fisiologi%20tidur%20010210%20sken%20rev%201.pdf) diakses tanggal 17 Maret 2015.

Asiah, Nur. 2009. *Peran Genetik pada Penurunan Berat Badan*. Maj Kedokt Indon, Volum: 59, Nomor: 7 halaman 322-326 (Online) (http://www.researchgate.net/profile/Nur_Asiah2/publication/236985057_Peran_genetik_pada_penurunan_berat_badan/links/00b7d5219c6b8d1244000000.pdf) diakses tanggal 18 Maret 2015.

Efendi, Mohammad. 2011. *Pengantar Kesehatan dan Gizi Anak*. Malang : Universitas Negeri Malang.

Japardi, Iskandar. 2002. *Gangguan Tidur.* (Online) *(*http://library.usu.ac.id/download/fk/bedah-iskandar%20japardi12.pdf). Diakses tanggal 18 Maret 2015.

Purwanto, Setiyo. 2008. Mengatasi Insomnia Dengan Terapi Relaksasi. *Jurnal Kesehatan*. Vol. I, No. 2 *Hal 141 - 148* (Online). (publikasiilmiah.ums.ac.id) diakses tanggal 17 Maret 2015.

Sartika, Ratu Ayu Dewi. 2011. *Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun Di Indonesia. Jurnal Makara, Kesehatan, Vol. 15, No. 1, Juni 2011: 37-43.* (Online) (http://journal.ui.ac.id/health/article/download/796/758) diakses tanggal 17 Maret 2015.

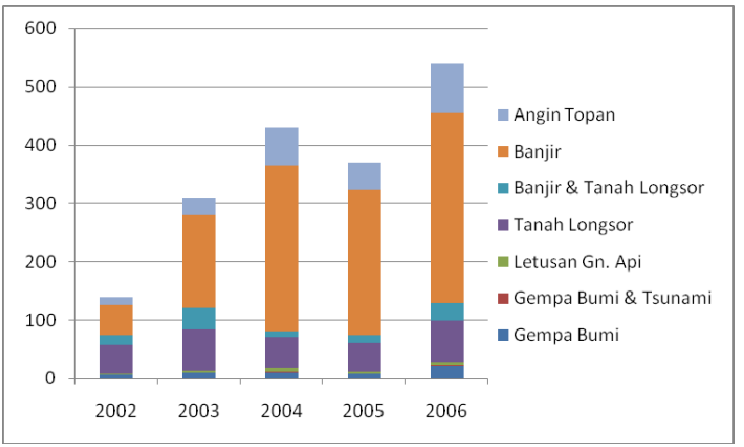
Shihab, M. Quraish. 2010. Tafsir Al-Mishbah : pesan, kesan, dan keserasian Al-Qur an. Jakarta : Lentera Hati.

LUBANG PASIR MEMPERCEPAT INFILTRASI

Oleh :
Siti Fatimah, Lathifah Dewi Humairo',
Ika Handayani Nurani Putri

Realita Bencana Banjir

Banjir merupakan bencana alam yang sering terjadi di dunia. Menurut Huadong, Zhu dan Alper (2009) pada tahun 1950-1999 banjir merupakan bencana alam dengan frekuensi tertinggi ketiga di dunia dengan presentase 27%, sementara bencana alam yang paling sering terjadi adalah angin dan badai sebesar 38%, disusul gempa bumi sebesar 29%, untuk sisa 6% merupakan bencana alam lain. Berdasarkan banyaknya korban mati yang disebabkan bencana alam, banjir menimbulkan korban mati sebesar 7%, gempa bumi 47% , angin dan badai 45%, dan 1% adalah bencana lain. Dibandingkan dengan bencana lain kerugian ekonomi akibat banjir menempati urutan ke dua sebesar 30%, untuk gempa bumi 35% dan angin dan badai 28%, yang 7% oleh bencana lam lain. Di Indonesia kejadian banjir dapat dilihat melalui grafik dibawah ini



Gambar 1. Jumlah kejadian bencana di Indonesia tahun 2002 – 2006
Sumber: Biro Data BAKORNAS PB dalam Bakornas PB (2007)

Berdasarkan garfik diatas pada tahun 2002 - 2006 rata-rata bencana yang paling sering terjadi di Indonesia adalah banjir.

Pada bulan Juli 2014 bencana alam yang paling sering terjadi di Indonesia adalah banjir, dengan prosentase 40% dan dibawahnya ada tanah longsor 35%. Bencana banjir terjadi di 18 Kabupaten/ Kota pada 7 provinsi. Provinsi yang sering terjadi banjir diantarnya yaitu Jawa Barat, Sulawesi Tengah, Jawa Timur, DKI Jakarta, Kalimantan Timur, Sulawesi Barat dan Bali. Umumnya banjir dikota yang cukup padat penduduknya (BNPB,2014)

Sebenarnya, bencana banjir sudah pernah terjadi sejak zaman dahulu. Contohnya, Seperti yang dijelaskan dalam kitab Alquran. Banjir besar pernah terjadi pada zaman Nabi Nuh AS. Menurut Yahya banjir Nabi Nuh terjadi pada tahun alaf 3 SM atau 3000 SM . Banjir tersebut diperkirakan terjadi di dataran Mesopotamia. Hal tersebut melalui pendugaan terhadap sususan batuan yang terdapat endapan lumpur yang sangat luas dan tebal yang hanya bisa disebabkan oleh banjir dahsyat.

Saat ini beberapa wilayah di Indonesia mengalami bencana banjir. Di Indonesia banjir tidak mudah untuk di atasi. Sulitnya mengatasi banjir di wilayah di Indonesia dapat disebabakan karena beberapa faktor yaitu curah hujan di Indonesia yang tergolong tinggi, dan sedikitnya lahan resapan air. Karena banjir juga pernah terjadi pada masa lalu, maka dalam mengatasinya dapat menggunakan acuan masa lalu juga. Cara yang digunakan untuk mengurangi banjir dengan menggunakan konsep Q.S. Huud ayat 44.

Kisah Nuh AS: Banjir Pertama Dunia

Menurut Yahya Banjir Nabi Nuh diperkirakan pernah terjadi di bumi tahun alaf 3 SM. Kisah tentang banjir nabi Nuh diceritakan cukup jelas di dalam Alquran. Bencana tersebut merupakan bencana regional yang terjadi bagi umat Nabi Nuh A.S. Saat itu umat Nabi Nuh AS enggan mengikuti nasihatnya agar menaati perintah Allah serta mengingatkan akan kemurkaan Allah, mereka masih saja menolak dan terus menyekutukan Allah. Hingga

akhirnya umat Nabi Nuh AS termasuk putranya yang tidak mau mengikuti nasihatnya mati oleh banjir besar yang menimpa umat tersebut.

Setelah penjelasan mengenai banjir Nabi Nuh, dalam makalah ini hanya akan membuat analisis pada Q.S. Huud ayat 44. Seperti yang dijelaskan sebelumnya Q.S. Huud ayat 44 ini merupakan ayat yang menjelasakan kesudahan banjir dan diselamatkannya umat nabi Nuh dari banjir. Yang mana kapal yang ditumpangi berlabuh pada daerah yang sangat tinggi.

وَقِيلَ يَٰٓأَرۡضُ ٱبۡلَعِي مَآءَكِ وَيَٰسَمَآءُ أَقۡلِعِي وَغِيضَ ٱلۡمَآءُ وَقُضِيَ ٱلۡأَمۡرُ وَٱسۡتَوَتۡ عَلَى ٱلۡجُودِيِّۖ وَقِيلَ بُعۡدٗا لِّلۡقَوۡمِ ٱلظَّٰلِمِينَ ٤٤

Artinya: *Dan dikatakan: "Hai bumi, telanlah airmu, dan hai langit, berhentilah." Dan air pun disurutkan, persoalan pun telah diselesaikan dan bahtera itu pun berlabuh di atas Judiy, dan dikatakan: "Binasalah orang-orang zalim".* (Q.S. Huud: 44)

Menurut Shihab (2002) tafsir ayat tersebut menceritakan kisah Nabi Nuh beserta umatnya yang selamat dari bencana air yang mana selesai sudah kebinasaan para pendurhaka dengan sangat mudah dan singkat. Kini segalanya kembali dengan semula dan singkat. Ayat tersebut "Hai bumi telanlah airmu yang sebelumnya telah engkau pancarkan dari mata air-mata air diperutmu, dan hai langit berhentilah karena Allah serta pembinasaan para pendurhaka, kapal yang ditumpangi oleh Nabi Nuh AS dan penumpangnya telah selamat di bukit Judiy, dan dikatakan :"*Binasalah orang-orang zalim yang memepersekutukan Allah*"

Ayat tersebut menjelaskan mengenai cara banjir Nabi Nuh Surut. Dijelaskan "Dan dikatakan: Hai bumi, telanlah airmu, dan hai langit berhentilah".Alquran itu merupakan firman Allah yang

ditujukan untuk seluruh umat. Ini merupakan cara yang umum bagaimana banjir dapat surut. Yaitu ketika air itu masuk ke dalam bumi yang sebelumnya berasal dari bumi dan hujan itu berhenti. Konsep ini dijadikan sebagai upaya dalam mengatasi banjir. Mengurangi banjir dengan cara menghalau hujan tidak mudah untuk diterapkan, sehingga untuk mengurangi benjir perlu pengaturan pada air hujan tersebut.

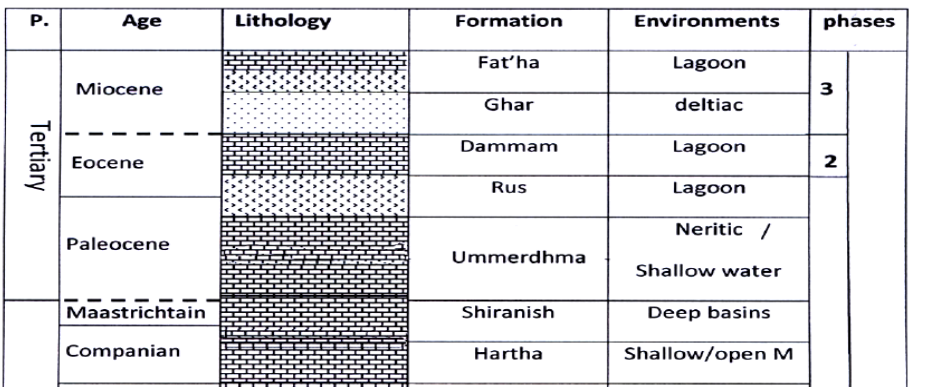
Banjir Nabi Nuh diperkirakan terjadi di dataran Mesopotamia. Saat ini mesopotamia termasuk daerah Iraq. Terdapat peradaban tertua yang dikenal sejarah dan juga berada di antara sungai Tigris dan Eufrat, secara geografis tempat ini memungkinkan terjadi banjir besar. Di antara faktor penyebab terjadinya banjir besar kemungkinan karena kedua sungai ini meluap dan membanjiri wilayah tersebut selain karena faktor hujan yang terus menerus. Penggalian yang dilakukan Sir Leonard Woolley dalam Yahya di dataran Mesopotamia mengungkapkan adanya lapisan lumpur-tanah liat setebal 2,5 m di dalam bumi. Lapisan lumpur-tanah liat ini kemungkinan terbentuk oleh massa tanah liat yang terbawa oleh air bah. Di seluruh dunia, hanya terdapat di bawah dataran Mesopotamia.

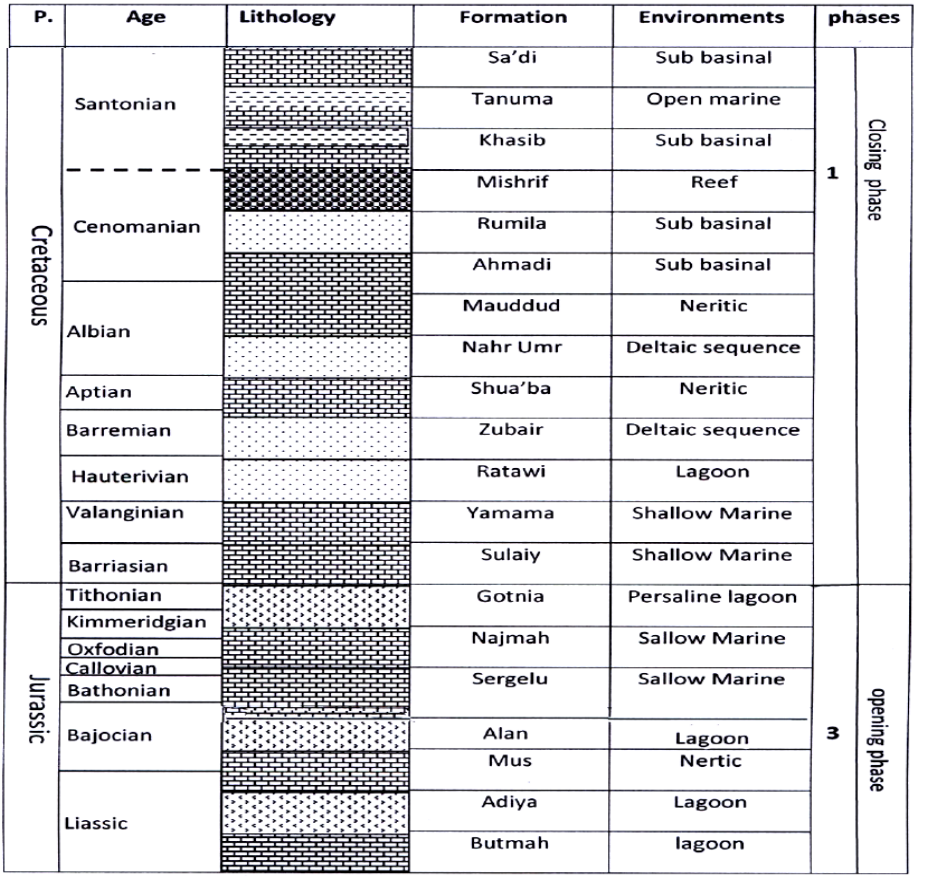
Dalam *Associate Professor of Geography Faculty of the Department of Geography and Environmental Engineering* (2003) disebutkan bahwa Timur Tengah merupakan wilayah yang sangat kompleks secara geologi. Dalam hal lempeng tektonik, timur laut dan barat Irak. Irak dapat dianggap sebagai antiklinorium besar yang membentang arah barat laut-tenggara dan tersusun atas lipatan kecil di dalamnya (Anoname,2011). Iran merupakan daerah di mana batas konvergen ada antara lempeng Arab dan lempeng Eurasia. Kedua lempeng terdiri dari kerak benua, dan pergerakan Saudi ke arah utara menunjam Eurasia telah menghasilkan lipatan lipat. Hasilnya adalah rangkaian pegunungan lipatan dan patahan dari Anatolia barat dan timur, kemudian arah tenggara di Iran dan ke arah timur ke Himalaya. Sabuk ini membuat Turki, Irak timur laut, dan Iran secara struktural sangat kompleks. Daerah

yang diduga sebagai wilayah banjir Nabi Nuh adalah Mesopotamia yang berada di sekitar sungai Eufrat dan Tigris. Daerah tersebut salah satunya yaitu irak.

Zona konvergen ini juga menyebabkan gempa bumi, yang di Irak hampir seluruhnya terjadi di wilayah timur laut. Tapi selain bahaya gempa bumi, geologi Irak yang demikian juga telah membuat negara Irak kaya akan sumber daya minyak bumi. Hampir semua temuan awal minyak dibuat dalam cekungan sedimen di mana Pegunungan Zagros memenuhi dataran.

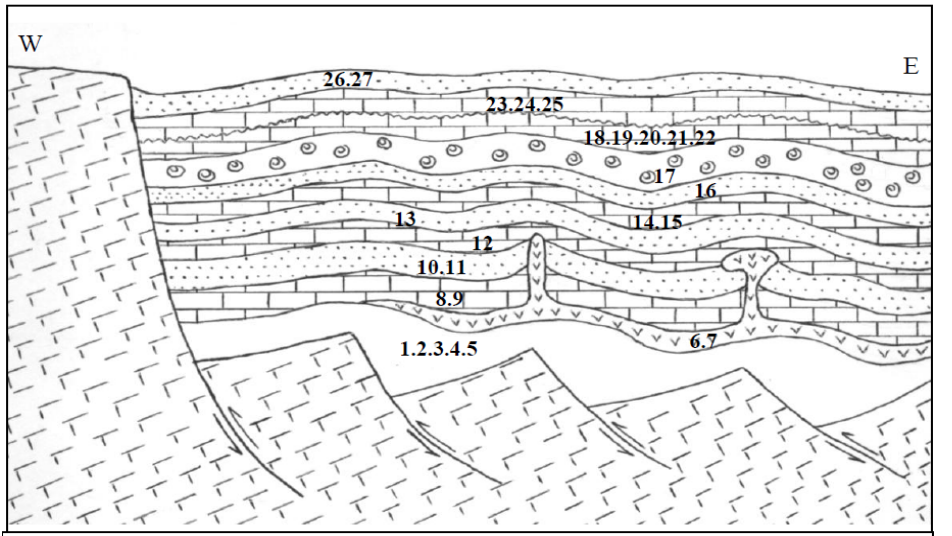
Wilayah Irak terdiri atas lebih dari 40% padang pasir. Dataran Irak dipotong oleh sungai dan wadi (dasar sungai yang kering sepanjang tahun). Barat Efrat merupakan perpanjangan dari Gurun Suriah yang mencakup bagian dari Suriah, Yordania, dan Arab Saudi di luar perbatasan Irak. Di padang pasir, yang dikenal sebagai Wadiyah, dataran berbatu memberi akses menuju pulau-pulau pasir. Ketinggiannya mencapai lebih dari 1.500 meter di beberapa daerah. Gurun Barat dipenuhi dengan berbagai wadi. Wadi, dapat membentang sepanjang 400 km, biasanya memiliki tepi curam yang berbahaya. Gurun pasir Irak selatan umumnya dibagi menjadi al-Hijarah di daerah barat dan al-Dibdibah di bagian timur. Gurun pasir al-Hajarah memiliki kontur kasar, dan terdapat plato batu kapur. Sedangkan gurun pasir al-Dibdibah lebih berpasir dan berkerikil (*Associate Professor of Geography Faculty of the Department of Geography and Environmental Engineering*, 2003).





Gambar 2. *Satigrafi Mosopotamia Zone*

Berdasarkan gambar di atas formasi Gahr tersusun atas pasir, kerikil dan limnestone setebal 175 m (Esmail & Abid, 1988 dalam Almutury & Al-Asadi, 2008).



1.Butmah f., 2.Adaiya f., 3.Mus f., 4. Alan f., 5.Sergelu f., 6.Najmah f., 7.Gotnia f., 8.Sulaiy f., 9.Ymamah f., 10.Ratawi f., 11.Zubair f., 12.Shua'ba f., 13.Nhar Umr f., 14Mauddud f., 15.Ahmadi f., 16. Rumila f., 17.Mishrif f., 18.Khasib f., 19.Tanuma f., 20.Sa'di f., 21.Hartha f., 22.Shiranish f., 23.Ummerduma f., 24.Rus f., 25.Dammam f., 26.Ghar f., 27.Fat'ha f.

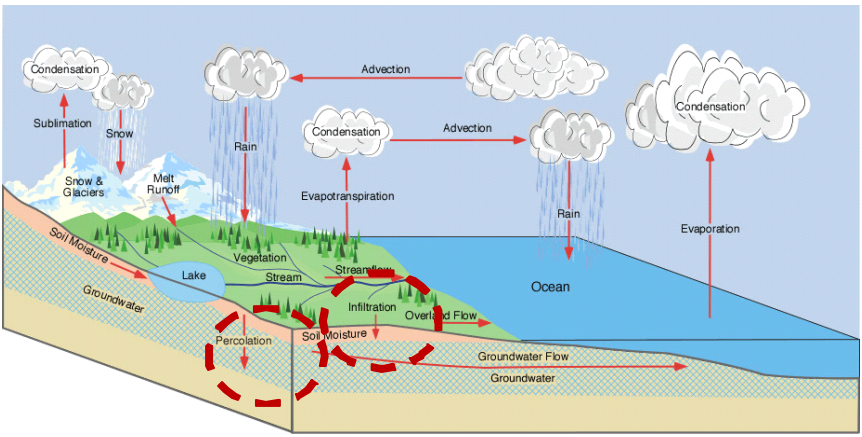
Gambar 3. Model Batas Pasif Mesopotamia

Berdasarkan gambar di atas formasi Gahr dan Fat'ha tersusun atas pasir. Dari kenampakan itulah memberikan gambaran bahwa daerah bekas banjir Nabi Nuh berupa padang pasir. Sehingga memberikan tambahan inspirasi untuk mempermudah infiltrasi dengan menggunakan media tanah dengan fraksi pasir.

Banjir Saat Ini

Banjir merupakan peristiwa mana kala aliran permukaan (*run off*) melebihi kapasitas drainase ataupun kawasan resapan air sehingga meluap. Sebagaimana yang disebutkan oleh Hutama & Amri (2011), Secara umum banjir disebabkan karena kurangnya resapan air, sementara curah hujan cukup tinggi, sehingga menyebabkan aliran permukaan (*run off*) yang besar sementara performa sungai yang ada tidak mampu untuk menampungnya. Dengan melihat hal tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa peristiwa banjir terjadi karena ada masalah pada siklus hidrologi, utamanya

dalam proses peresapan air. Oleh karena itu dalam menangani banjir perlu adanya penuntasan masalah terkait proses peresapan air (infiltrasi dan perkolasi).



Gambar 4. Siklus Hidrologi

Sumber: Hubbart, 2009

Banjir juga disebabkan kerana oleh manusia, banyak kerusakan yang disebabakan oleh manusia. Hal tersebut juga dijelaskan dalam Q.S. Ar-Rum ayat 41 yaitu:

ظَهَرَ ٱلْفَسَادُ فِى ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِى ٱلنَّاسِ

لِيُذِيقَهُم بَعْضَ ٱلَّذِى عَمِلُوا۟ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ ﴿٤١﴾

Artinya: *Telah tampak kerusakan di darat dan di laut , di sebabkan karena perbuatan tangan manusia, supaya Allah merasakan kepada mereka sebagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar).* (Ar-Rum: 41)

Adanya penggunadulan hutan yang disebabkan oleh ulah manusia. Selain itu juga berkurangnya lahan resapan yang diakibatkan oleh semakin banyaknya permukiman dimana telah padat dengan bangunan sehingga. Jika terjadi hujan dengan curah hujan yang tinggi sebagian besar air akan menjadi aliran air permu-

kaan yang langsung masuk kedalam sistem drainase sehingga kapasitasnya terlampaui dan mengakibatkan banjir (Bakornas SP, 2007). Perumahan yang didirikan dan bangunan lain berupa prasarana jalan (aspal, semen, paving blok, dan konblok) serta saluran air merupakan bidang kedap yang tidak meresapkan air (Brata dan Nelistya, 2008). Faktor yang menyebabkan banjir di Indonesia diakibatkan oleh tindakan manusia sendiri yang tidak dapat menjaga lingkungan. Sikap yang mengabaikan lingkungan demi kepentingan akan memicu bencana, contohnya yaitu banjir. Pertambahan penduduk yang menyebabkan lahan resapan semakin sempit dengan berdirinya bangunan-bangunan yang kedap air, sehingga perlu adanya cara untuk meningkatkan daya tanah meresapkan air. Berdasarkan siklus hidrologi diatas banjir disebakan karena pengelolaan air hujan kurang baik, disini yang bermasalah adalah sistem resapan air (infiltrasi). Sehingga mengatasinya dapat di lakukan dengan meningkatkan kapasitas infiltasi.

Problematika Infiltrasi Tanah

Infiltrasi adalah masuknya air ke dalam tanah melalui permukaan tanah secara vertikal. Sedangkan banyaknya air per satuan waktu yang masuk melalui permukaan tanah dikenal sebagai laju infiltrasi (*infiltration rate*). Nilai laju infiltrasi sangat bergantung pada kapasitas infiltrasi tanah. Kapasitas infiltrasi tanah adalah kemampuan suatu tanah untuk meloloskan air dari permukaan ke dalam tanah secara vertikal. Infiltrasi ke dalam tanah pada mulanya tidak jenuh karena pengaruh tarikan hisapan matrik dan gravitasi. Infiltrasi yang efektif akan menurunkan *run off*, sebaliknya infiltrasi yang tidak efektif akan memperbesar limpasan permukaan (Arsyad,2000).

Infiltrasi adalah komponen yang penting karena berhubungan antara intensitas hujan dan limpasan permukaan (*run off*). Limpasan permukaan dapat dikurangi dengan cara memperbesar kemampuan tanah menyimpan atau menyerap air. Laju infiltrasi pada setiap lokasi akan berbeda dengan lokasi lainnya, tergantung

pada sifat fisik tanah. Secara fisik tanah tersusun atas partikel mineral dan bahan organik (Sartohadi,Jamulya dan Dewi,2012). Setiap tanah mimiliki komposisi partikel mineral dan bahan organik yang berbeda-beda. Hal tesebut tergantung pada jenis tanahnya. Komposisi tanah selain terdapat bahan organik, dan mineral juga ada udara dan air yang merupakan pori-pori tanah. Pori-pori tanah merupakan salah satu faktor yang dapat mempercepat kapasitas infiltrasi. Salah satu struktur tanah yang baik untuk meningkatkan kapasitas infiltrasi adalah tanah berstuktur pasir.

Tanah pasir menurut klasifikasi USDA tanah di daerah pantai termasuk ordo Entisol atau lebih dikenal dengan nama Entisol pantai (Sulastri, 2012).

Adapun sifat fisik tanah pasir adalah sebagai berikut.

1) Sifat Fisik

a. Struktur tanah pasir

Struktur tanah merupakan susunan partikel tanah kedalam agregat (Pandutama dkk, 2003). Menurut AAK (1993) dalam Sulastri (2012) tanah berpasir memiliki struktur butir tunggal, yaitu campuran butir-butir primer yang besar tanpa adanya bahan pengikat agregat. Sedangkan menurut Ruijter dan Agus (2004), tanah pasir berstruktur lepas (*loose*) yang ditandai dengan butir-butirnya mudah lepas. Ukuran butir-butir pasir adalah 0,002 mm - 2,0 mm.

b. Tekstur Tanah Pasir

Tekstur tanah secara khusus menyatakan perbandingan relatif berbagai ukuran partikel (separasi/fraksi) dalam tanah, dinyatakan dalam % (Pandutama dkk, 2003). Tekstur tanah pasir adalah kasar, karena tanah pasir mengandung lebih dari 60% pasir dan memiliki kandungan liat kurang dari 2% (AAK, 1993 dalam Sulastri 2012). Tanah dengan butir-butir yang terlalu kasar (pasir) tidak dapat menahan air dan unsur hara. Dengan demikian tanaman yang tumbuh pada tanah jenis ini mudah mengalami kekeringan dan kekurangan hara (Ruijter dan Agus, 2004).

c. Porositas Tanah Pasir

Porositas tanah pasir bisa mencapai lebih dari 50% dengan jumlah pori-pori mikro, maka bersifat mudah merembeskan air dan gerakan udara di dalam tanah menjadi lebih lancar. Karena mudah merembeskan air dan memperlancar gerakan udara di dalam tanah maka infiltrasi pada tanah pasir berlangsung cepat.

d. Temperatur Tanah Pasir

Tanah pasir memiliki temperatur yang tinggi yang disebabkan karena kemampuan tanah menyerap panas yang tinggi. Tanah pasir memiliki kemampuan yang rendah dalam menahan lengas karena sifat tanah yang porus (Baver et al, 1972 dalam Sulastri, 2012). Karena kelengasannya rendah, maka tanah pasir cenderung kering. Selain sifat fisik, tanah pasir juga memiliki sifat kimia dan biologi, diantaranya adalah sebagai berikut.

2). Sifat Kimia

a. Kapasitas Tukar Kation (KTK)

Kapasitas Tukar Kation tanah dapat didefinisikan sebagai kemampuan koloid tanah dalam menyerap dan mempertukarkan kation. Tanah pasir memiliki KTK rendah dibandingkan dengan tanah liat atau debu. Hal ini disebabkan tanah pasir memiliki kandungan liat dan humus yang sangat sedikit (Sulastri, 2012).

b. pH Tanah

Derajat keasaman sangat ditentukan oleh jumlah ion H+ yang banyak terdapat pada kompleks liat humus. Tanah pasir di daerah pantai cenderung bersifat basa karena kandungan garamnya yang tinggi dan sedikitnya partikel liat serta kurangnya bahan organik (Semeru Ashari, 1998 dalam Sulastri 2012).

3). Sifat Biologi

Pada tanah pasir jumlah mikroorganismenya sangat sedikit sehingga proses humifikasi berjalan lambat. Mikroorganisme pada tanah pasir sangat sedikit karena kondisi lingkungan tanah pasir tidak mendukung mikroorganisme untuk hidup (Sulastri, 2012).

Berdasarkan uaraian di atas, dapat disimpulkan tanah pasir merupakan tanah yang didominasi oleh fraksi pasir berukuran 0,002-2 mm dengan butiran mudah lepas. Kapasitas menahan air pada tanah pasir sangat rendah, ini disebabkan karena tanah pasir tersusun atas 60% partikel tanah berukuran besar (0,002-2 mm). Tanah pasir bertekstur kasar, dicirikan adanya ruang pori besar diantara butir-butirnya. Meskipun kapasitas menahan air rendah, tetapi kapasitas infiltrasinya tinggi. Ini disebabkan porositasnya yang mencapai lebih dari 50%. Air dalam tanah akan berinfiltrasi, bergerak ke bawah melalui rongga tanah.

Tanah pasir dapat juga dikatakan tanah berukuran pasir antara 2,0-0,20 mm dan sebagian besar tanah didominasi oleh fraksi pasir. Tanah pasir banyak mengandung pori-pori makro, sedikit pori-pori sedang dan pori-pori mikro.Tanah seperti ini sulit menahan air, tetapi mempunyai aerasi dan drainase yang baik. Pada umumnya tanah pasir didominasi oleh mineral primer jenis kwarsa (SiO2) yang tahan terhadap pelapukan dan sedikit mineral sekunder. Kondisi ini menjadikan tanah pasir merupakan tanah yang tidak subur, kandungan unsur hara rendah dan tidak produktif untuk pertumbuhan tanaman (Hanafiah, 2005). Walaupun tidak baik untuk media tanam, tetapi tanah pasir bagus dalam drainase karena memiliki tingkat porositas yang tinggi. Porositas merupakan jumlah pori-pori yang berada di tanah (Sartohadi,Jamulya, Dewi:2012). Porositas tingi inilah yang diperlukan dalam mempercepat infiltrasi. Menurut penelitian daerah hutan dengan tanah bertekstur pasir sebesar 87% memiliki laju infiltrasi tinggi (Yanrilla:2001). Pasir sangat baik dalam mempercepat infiltrasi ditunjang jika pada pasir tersebut terdapat tanaman.

Pasir dapat menjadi media yang baik dalam mengatasi banjir karena merupakan akuifer yang baik. Hal ini tidak lepas dari sifat fisik pasir. Pasir memiliki porousitas yang tinggi sehinga mudah meresapkan air. Air akan meresap sampai zona perkolasi bila

lapisan diabawah pasir dapat dilalui air. Akan tetapi air tersebut akan disimpan oleh pasir, sehingga pasir berfungsi sebagai akuifer ketika lapisan di bawah pasir merupakan batuan induk. Dalam hal ini pasir pada daerah kajian memiliki ketebalan yang signifikan karena wilayah tersebut memang merupakan wilayah gurun pasir dan pada umumnya lapisan di bawahnya merupakan batuan induk. Dengan volume pasir yang ada maka kapasitas air yang dapat ditampung oleh pasir juga tinggi. Adapun Widodo, dkk (2002) menyebutkan bahwa, lapisan pasir merupakan lapisan akuifer yang relatif paling baik dengan nilai tahanan jenis sekitar 70 hingga 430 ohm-m. Kurniawan (2010) menambahkan, contoh material akuifer adalah material pasiran, batu berongga, dan batu dengan banyak fraktur-fraktur. Material tersebut dapat menyimpan air dalam jumlah yang banyak, permeabilitasnya tinggi, serta tidak pernah jenuh air.

Media Lubang Pasir

1. Gambaran Umum Media

Media ini diadaptasi dari lubang resapan biopori dan sumur resapan. Lubang resapan biopori merupakan lubang silinder berdiameter sekitar 10 cm yang digali di dalam tanah kurang lebih sedalam 100 cm. Lubang resapan ini diisi dengan bahan-bahan organik yang fungsinya untuk membuat pori-pori tanah yang dibentuk oleh makhluk hidup seperti fauna tanah dan akar tanaman. Sementara Sumur resapan merupakan sebuah teknologi untuk peresapan air dengan membuat lubang yang cukup besar dengan kisaran kedalaman antara 1-3 meter dan diameter 1,4 meter (Brata dan Nelistya, 2008). Berdasarkan keterangan tersebut gagasan mengenai media untuk mempercepat infiltrasi adalah Lubang Pasir. Lubang ini dibuat dengan diameter 10 cm dengan kedalaman 1-3 meter dan diisi dengan pasir sebagai media utamanya. Dinding yang digunakan pada lubang pasir ini merupakan pipa PVC yang telah dilubangi pada selimut pipa. Penggunaan ini merujuk pada pipa pori resapan yang dikembangkan oleh mahasiswa UGM.

Pemilihan pasir sebagai media untuk meningkatkan kapasitas infiltrasi karena struktur pasir memiliki pori-pori makro yang banyak, sehingga mampu meloloskan air dengan cepat. Sebagaimana fungsi utama media ini yaitu untuk meningkatkan kemampuan tanah meloloskan air. Pasir merupakan tanah yang kurang subur karena tidak mampu mengikat air. Oleh karena itu pasir dapat digunakan sebagai media untuk mengurangi limpasan permukaan akibat air hujan. Lubang pasir yang dibuat juga dapat digunakan sebagai media tanam bagi jenis tanaman tertentu seperti rerumputan. Penanaman pada lubang pasir ini diharapkan dapat lebih meningkatkan kapasitas infiltrasi.

2. Lokasi Penempatan Lubang Pasir

Air selalu mengalir dari tempat tinggi ke tempat yang rendah. Menggunakan prinsip tersebut maka, media ini diletakkan pada daerah yang relatif lebih rendah dari daerah sekitarnya. Lokasi tersebut adalah daerah yang sering terjadi genangan. Dalam penentuan lokasi sangat penting juga mengetahui tekstur tanah yang akan di buat Lubang Pasir. Tanah yang didominasi oleh fraksi pasir akan lebih mudah dalam aplikasi fungsi utama Lubang Pasir. Karena tanah yang didominasi struktur pasir akan hampir sama dengan media sehingga tidak terlalu berpengaruh pada kondisi tanah sekitarnya. Tanah yang didominasi oleh tanah dengan struktur lempung, media ini akan berfungsi sebagai pori makro tanah yang akan mempercepat infltrasi, karena pada umumnya tanah yang didominasi struktur lempung sulit untuk menginfiltrasi air. Untuk tanah dengan struktur debu kurang lebih juga hampir sama dengan tanah yang didominasi struktur lempung.

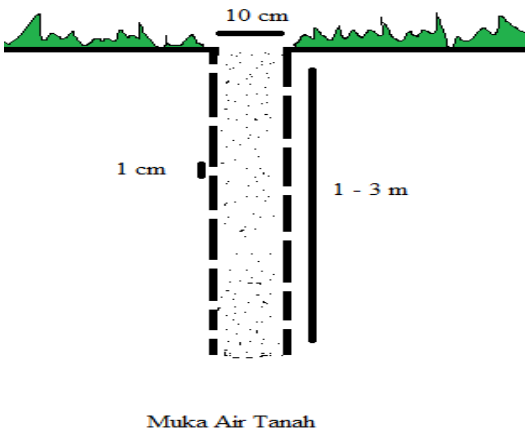
Lubang pasir dapat diletakkan di sekitar pekarangan rumah, taman, pinggir jalan (tidak dilewati). Media ini juga cocok untuk diletakkan di sekitar pohon. Dengan diletakkan di bawah pohon juga dapat digunakan sebagai media tanam tanaman lain. Peletakan media jangan berada di daerah yang sering dilalui oleh manusia, karena bisa saja kaki orang tersebut terperosok ke dalam media gambar.

3. Teknik Pembuatan Lubang Pasir

Media ini berbentuk lubang silinder dengan diameter kurang lebih 10 cm. Paling penting dalam pembuatan media ini adalah bahwa kedalamannya tidak melebihi muka air tanah. Kedalamannya sekitar 1,5 sampai 3 meter.

1. Alat dan bahan

Alat yang perlukan dalam pembuatan media ini adalah bor tanah, pipa PVC, sekop, air secukupnya, gayung dan pasir (Volume pasir maksimum yang diperlukan adalah 23,55 cm^3). Jika media ini ingin dibuat sebagai media tanam untuk tanaman yang cocok hidup di tanah dengan struktur pasir dapat dicampur dengan bahan-bahan organik yang fungsinya dapat menjadi makanan bagi tanaman.



Gambar 4.1. Model Lubang Pasir

2. Langkah-langkah pebuatan media ini adalah sebagai berikut

- Siapkan alat dan bahan untuk membuat lubang
- Menentukan lokasi yang akan digunakan sebagai lubang pasir
- Mulai membuat lubang pasir sedalam 1- 3 m dengan diameter 10 cm
- Masukkan pipa paralon yang sudah dilubangi disisi- sisinya
- Setelah memasukkan pipa paralon kedalam tanah yang dilubangi, masukkan pasir hingga penuh

Upaya Realisasi Lubang Pasir

Pembuatan media lubang pasir ini disarankan dalam upaya mengurangi limpasan permukaan yang dapat menyebabkan banjir. Penerapannya dapat dilakukan untuk memaksimalkan lahan terbuka yang masih tersisa. Penerapan media ini dapat dimulai pada wilayah perguruan tinggi sebagai langkah awal untuk mengetahui keefektifan Lubang Pasir. Penelaahan lebih lanjut mengenai karya dan media ini perlu dilakukan mengingat masih terdapat kekurangan yaitu 1) Jenis pasir yang digunakan dalam media, 2) Kapasitas infiltrasi yang dapat ditampung oleh satu media Lubang Pasir. Jika media ini telah di uji kelayakan dalam mempercepat infiltrasi maka, media ini akan dapat bermanfaat dalam mengurangi banjir di Indonesia.

DAFTAR RUJUKAN

Anoname. 2011. *Basic Principle of Geology of Iraq*, (Online), (http://kurdistan-geology.com/wp-content/uploads/2011/11/geology-of-kurdistan-3-2011.pdf), diakses 2 Maret 2015.

Almutury, Wathiq Gh & Al-Asadi, Maher M. 2008. *Tectonostratigraphic History of Mesopotamian Passive Margin during Mesozoic and Cenozoic, South Iraq*. Journal of Kirkuk 3(1), 31-50, (Online), (www.iasj.net/iasj?func=fulltext&aId=41948), diakses 17 Maret 2015.

Arsyad, S. 2000. *Konservasi Tanah dan Air*. Bogor: IPB Press.

Associate Professor of Geography Faculty of the Department of Geography and Environmental Engineering. 2003. *Iraq: A Geography* (Jon C Malinowski, Ed.),(Online),(http://www.usma.edu/gene/SiteAssets/SitePages/Publications/Iraq%20A%20Geography.pdf?Mobile=1). Diakses 2 Maret 2015.

Bakornas PB. 2007. *Pengenalan Karakteristik Bencana Dan Upaya Mitigasinya di Indonesia* . Jakarta: Direktorat Mitigasi.

Banks, Graham. 2012. *Petroleum Systems Elements and Structural Geology in Northern Iraq*. Makalah disajikan pada University Of Calgary Seminar, Calgary, Alberta, Kanada, 20 Januari 2012. Dalam Westernzagros database, (Online),(http://www.westernzagros.com/wp-content/uploads/2011/12/120120-Petroleum-Systems-and-Structural-Geology-in-N.-Iraq.-To-University-of-Calgary-Geoscience-Group.pdf), diakses 2 Maret 2015.

BNPB. 2014. *Info Bencana Edisi Juli 2014*. (Online).http://bnpb.go.id/uploads/publication/1055/info%20bencana%20Juli%202014.pdf. Diakses tanggal 12 Maret 2015.

Brata dan Nelistya. 2008. *Lubang Resapan Biopori*. Jakarta: Pebebar Swadaya.

Hanafiah. 2005. *Dasar-Dasar Ilmu Tanah* .Jakarta:Raja Grafindo Persada.

Hubbart, Jason A. 2011. *Hydrologic Cycle*. (Online), (http://www.eoearth.org/view/article/153627/), diakses 19 Maret 2015.

Hutama & Amri. 2011. *Perencanaan Perbaikan Sungai Tulang Bawang Kabupaten Tulang Bawang, Provinsi Lampung (Planning of Tulang Bawang River Improvement at Tulang Bawang, Lampung Province)*, Tugas Akhir, (Online), (http://eprints.undip.ac.id/34340/4/2173_CHAPTER_I.pdf), diakses 19 Maret 2015

Jassim, Saad Z., et al. 2006. *Geology of Iraq* (Saad Z. Jassim and Jeremy C. Goff,Ed),(Online),(http://www.geokurdistan.com/subjects/geo.Iraq/geology_of_iraq.pdf), diakses 14 Maret 2015.

Kurniawan, Alva. 2010. *Akuifer Buatan dengan Metode Kontak Pasir-Lempung (Clay-Sand Contact Method) untuk Zona Akuiklud*. Jurnal Ilmu Bumi Indonesia, 1(2), 1-10, (Online), (http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/34272763/Akuifer_Buatan_dengan_Metode_Kontak_Pasir-Lempung-libre.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMT NPEA

&Expires=1426783826&Signature=eQIHUP6oRrYez3G81YFiSb39v%2Bk%3D), diakses 19 Maret 2015.

Pandutama dkk. 2003. *Dasar-dasar Ilmu Tanah*, (Online), (https://mqd90.files.wordpress.com/2010/10/dasar-dasar-ilmu-tanah.doc), diakses 16 Maret 2015.

Ruijter, J dan Agus, F. 2004. *Keadaan Tanah*, (Online), (http://www.worldagroforestry.org), diakses 16 Maret 2015.

Sartohadi, Jamulya dan Dewi. 2012. *Pengantar Geografi Tanah*. Yogyakarta:UGM Press.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 11*. Jakarta: Lenteran Hati

Sulastri, Fardani. 2012. *Pengaruh Proporsi Penambahan Kompos Biopa dan Mulsa Jerami Terhadap Serapan Hara Na, Mg Serta Kandungan Klorofil Tanaman Kacang Hijau (Phaseolus Radiatus L.) yang Ditanam di Kawasan Pantai Pandansari Bantul*, (Online), (http://eprints.uny.ac.id/8190/3/bab%202%20-%2005308141009.pdf), diakses 2 Maret 2015.

Widodo, dkk. 2002. *Penyelildikan Geohidrologi Daerah Pantai Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta*, (Online), (http://www.iaea.org/inis/collection/NCLCollectionStore/_Public/37/092/37092542.pdf), diakses 19 Maret 2015.

Yahya, Harun.___. *Jejak Bangsa-bangsa Terdahulu*. (Online).http://digital-library.surabaya.go.id/desama/digital/jejak_bangsa_bangsa_terdahulu.pdf. Diakses 1 Maret 2015

Yanrilla, Rully. 2001. *Laju Infiltrasi Pada Berbagai Jenis Penutupan Lahan di RPH Tenjowaringin, BKPH Singaparna, KPH Tasikmalaya Perum Perhutani Unit III Jawa Barat*. Skripsi (Online) repository.ipb.ac.id/bitstream/handle/123456789/15710/E01RYA.pdf?sequence=1. Diakses 1 Maret 2015.

Huadong, Zhu dan Alper .2009. *Natural Disaster Mitigation: the InterAcademy Panel on International Issues A Scientific and Practical Approach*. Beijing: Science Press.

Al-Qur'an dan Teknologi

ANALISIS PENGOBATAN DAN PERAWATAN KULIT DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN MELALUI *IQASUB-THERAPY*

Oleh :
Fatihatus Syahida, Ria Aisah Munir, Ana Rizkiya

Konsep Dasar *IQASUB-THERAPY*

Kulit merupakan salah satu alat tubuh manusia yang terpenting, paling luas, dan terletak paling luar. Penampilan kulit akan menunjukkan penampilan seseorang (Tranggono, 1992). Jadi, untuk menciptakan penampilan yang indah, seseorang perlu menjaga kebersihan kulit dan memperindah atau mempercantiknya. Selain itu, kondisi kulit dapat dijadikan sebagai petunjuk yang jelas tentang sejauh mana kesehatan dan kebugaran fisik seseorang **(**Yusuf & Durrah, 2007). Kulit memiliki beberapa lapisan, salah satunya adalah lapisan epidermis. Lapisan paling luar dari epidermis adalah lapisan tanduk yang sangat keras. Lapisan ini melindungi jaringan yang lebih halus dari cedera. Lapisan keras ini tahan air dan membentuk perintang terhadap kuman dari dunia luar (Leigh & Wojnarowska, 1985).

Kulit yang sehat juga tetap memerlukan perawatan. Sekarang ini banyak bermunculan klinik kecantikan yang menawarkan berbagai perawatan kulit. Klinik kecantikan yang menawarkan perawatan sekaligus penyembuhan bagi kulit ternyata belum tentu menjamin kesehatan, terutama yang memakai kosmetika dari bahan kimia. Tranggono (1992) menjelaskan bahwa kosmetika yang dibuat dari bahan-bahan yang berkualitas rendah atau bahan-

bahan yang berbahaya bagi kulit, pengolahannya kurang baik, atau diformulasikan tidak sesuai dengan manusia dan lingkungan pemakai, dapat menimbulkan reaksi negatif atau kerusakan kulit.

Salah satu cara untuk menjaga kesehatan kulit adalah dengan mandi. Dalam Al-Qur'an surat Shaad ayat 42 Allah berfirman,

ٱرۡكُضۡ بِرِجۡلِكَۖ هَٰذَا مُغۡتَسَلُۢ بَارِدٞ وَشَرَابٞ ٤٢

Artinya: *Hentakkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan untuk minum.*(Q.S. Shaad: 42).

Ayat tersebut turun berkenaan dengan kisah Nabi Ayyub yang ditimpa musibah, yaitu diserang penyakit kulit yang sangat parah. Melalui ayat tersebut Allah memerintahkan Nabi Ayyub untuk mandi, tidak hanya dengan sekedar *air* namun diperintahkan menggunakan *air yang sejuk*. Dalam *Tafsir Al-Misbah* disebutkan bahwa kata (بارد) *bârid/ dingin/ segar* digunakan juga untuk melukiskan sesuatu yang menyenangkan. Di sini kata tersebut mengisyaratkan kesehatan Nabi Ayyub akan segera pulih, dan dia akan merasa nyaman begitu beliau mandi dan minum (Shihab, 2002). Jika dianalisis, *air yang sejuk* itu identik dengan air yang dingin di waktu pagi hari sebelum subuh. Menurut para peneliti, jika orang selalu mandi dengan air dingin, maka peredaran darahnya akan membaik sehingga tubuh terasa lebih bugar (Hamidin, 2010).

Mandi dengan air dingin juga bagus bagi kesehatan kulit. Hamidin (2010) menjelaskan bahwa mandi pagi dengan air dingin dapat menjadikan awet muda atau bagi wanita dapat mempertahankan kecantikan karena jaringan sel-sel kulit akan membaik. Dalam Karya Tulis Ilmiah Alquran ini penulis akan menganalisis pengobatan dan perawatan kulit dengan berlandaskan Alquran surat Shaad ayat 42 melalui *Iqasub (Istihmamu Qabla As-Subhi)-Therapy*.

Penerapan *Iqacub (Isti%mamu Qabla Ac-bub%i)-Therapy* sebagai Pengobatan dan Perawatan Kulit dalam Perspektif Al-Qur'an

(Istihmamu Qabla As-Subhi)-Therapy merupakan terapi mandi yang dilakukan sebelum waktu subuh. Hal ini didasarkan pada Q.S. Shaad: 42 sebagimana telah dijelaskan di bagian sebelumnya. Dalam *Tafsir Al-Misbah* disebutkan bahwa kata (بارد) *bârid/ dingin/ segar* digunakan juga untuk melukiskan sesuatu yang menyenangkan. Di sini kata tersebut mengisyaratkan kesehatan Nabi Ayyub akan segera pulih, dan dia akan merasa nyaman begitu beliau mandi dan minum (Shihab, 2002). Perintah mandi dengan air dingin ini berkaitan dengan kisah Nabi Ayyub yang saat itu terserang penyakit kulit. Air dingin yang dimaksud di sini adalah air dingin yang ada pada waktu sebelum subuh. Hal ini sesuai dengan penelitian di bidang sains yang berhasil mengungkap tentang manfaat mandi sebelum subuh terhadap kesehatan kulit.

Para peneliti di lembaga riset trombosis di London menemukan bahwa mandi pagi dengan air dingin, dapat menjadi awet muda atau bagi wanita dapat mempertahankan kecantikan. Hal ini dikarenkan sel-sel kulit akan membaik (Hamidin, 2010).

Pada kenyataannya, tidak semua orang dapat bangun pagi *(Qubla As-Suhbi)* untuk mandi. Maka, *Iqasub (Istihmamu Qubla As-Suhbi)-Therapy* dirancang sebagai solusi terapi mandi yang dapat dilaksanakan kapan saja tanpa menghilangkan esensi *Qubla As-Suhbi*. *Iqasub-Therapy* dirancang dengan membuat ruangan yang dikondisikan seperti waktu sebelum subuh *(Qubla As-Suhbi)*.

Kondisi air sebelum subuh memiliki kandungan ozon yang melimpah. Dr. Mulyadi mengungkapkan, seorang ahli biologi molekular, Stepen A. Levine, Ph.D, membuktikan bahwa pada setiap penderita penyakit berat didapati status oksigen yang rendah. Hipoksia atau kekurangan oksigen di dalam jaringan tubuh, diyakini menjadi pemicu berbagai penyakit degeneratif dan proses penuaan dini. Maka, terapi ozon bisa jadi solusi.

Ozon (O_3) terbentuk dari sinar matahari yang terurai, memiliki bau yang spesifik dan kuat, dan merupakan bentuk alotropik dari oksigen (HTA Indonesia, 2004). Ozon merupakan oksidan yang jauh lebih kuat dibanding oksigen. Ozon memiliki waktu paruh 45 menit pada suhu 20^0C, dan konsentrasinya menurun menjadi 16% dari nilai awal dalam 2 jam, sehingga ozon harus diproduksi pada saat akan digunakan untuk pengobatan (HTA Indonesia, 2004).

Peneliti di Pusat Penelitian Kalibrasi, Instrumentasi, dan Metrologi (P2KIM) Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) menciptakan O-Water, Alat Pembuat Air Berozon. O-Water ini adalah suatu unit kompak penghasil air berozon. Dengan menggunakan teknologi plasma dan metode pelarutan langsung, O-Water akan menambah kadar oksigen dalam air sehingga lebih segar dan sehat.

Dr. Anto Tri Sugiarto, M.Eng, Peneliti di P2KIM LIPI menggunakan tabung kaca (*pyrex*). Hasilnya, terjadi banyak loncatan elektron. Reaktor ini berupa kotak berukuran panjang-lebar-tinggi 40 x 30 x 10 cm. Di dalam reaktor terdapat silinder yang berisi tabung kaca berdiameter 3 cm. Pada tabung kaca itu dipasang dua kutub elektroda. Satu kutub diletakkan di dalam, kutub lainnya dililitkan sepanjang tabung. Pada silinder tadi terdapat tiga lubang yang berfungsi memasukkan oksigen dan air, serta saluran keluar untuk air berozon. Setelah air dan oksigen dimasukkan, kemudian listrik dinyalakan, sehingga kedua elektroda itu beraksi dan menimbulkan lompatan muatan elektron seperti petir yang bercabang-cabang sepanjang tabung. (Kemenristek, 2010)

Jika berbicara faktor keamanan, terapi ozon bisa dikatakan merupakan metode pengobatan medis paling aman karena bebas dari efek samping yang berarti. Hal tersebut dibuktikan dari penelitian yang dilakukan pada tahun 1980 oleh *German Medical Society for Ozone Therapy*. Sesuai data yang dikumpulkan dari 644 *ozone therapists* terhadap 384.775 orang pasien dengan total

5.579.238 terapi ozon, ternyata hanya ditemukan sebanyak 40 kali atau 0.000007% dengan efek samping yang ringan (Purwaningsih, 2013). Dan air yang digunakan dalam terapi ini juga ditambah kalium klorida (*Pottasium Klorida*) yang terdapat dalam air laut.

Pengondisian udara untuk *Iqashub Therapy* ini (20^0C) menggunakan teknologi *Hycool*. Hycool merupakan bahan pendingin (refrigeran) campuran untuk menggantikan bahan freon yang selama ini digunakan untuk AC. Selain lebih hemat energi, *Hycool* juga lebih ramah lingkungan karena tidak melepaskan zat-zat yang bisa merusak ozon sebagaimana freon. Hycool adalah tiga bahan pendingin hidrokarbon, yaitu HCR-12, HCR-22 dan HCR-134a. Ketiga bahan ini memberikan tiga keunggulan, hemat energi/ listrik, ramah lingkungan karena tidak merusak ozon dan tidak mengakibatkan pemanasan global. *Hycool* juga bisa menghemat pemakaian listrik 12-24 persen. (Harian Republika, 2005).

Penyakit kulit yang dapat disembuhkan melalui *Iqasub (Istihmamu Qubla As-Suhbi)-Therapy*

Iqasub (Istihmamu Qubla As-Suhbi)-Therapy merupakan solusi untuk pengobatan dan perawatan kulit. Fokus penyakit kulit yang diatasi dengan terapi ini adalah penyakit kulit yang sesuai dengan ciri-ciri penyakit yang diderita Nabi Ayyub. Penyakit yang dialami Nabi Ayyub adalah kulit di sekujur badannya mengelupas, penuh koreng, bernanah, berbelatung. Bau busuk menguar dari badannya, dan tidak hanya satu meter, bahkan tercium dari radius jarak jauh.

Dalam terapi ini, peneliti juga menggunakan kalium klorida (*Pottasium Klorida*) yang terdapat dalam air laut. Austin (2006: 62-63) menjelaskan bahwa kalium klorida adalah garam yang berguna dalam mengobati penyakit infeksi yang dialami anak-anak, variola, campak, atau bahkan penyakit gondong yang merupakan akibat dari pembengkakan kelenjar getah bening. Dalam kasus ini, peran kalium klorida dibutuhkan bila sudah tampak adanya pelepuhan kulit dan pengeluaran nanah, biasanya terjadi setelah demamnya mereda.

Radang kulit dan proriasis yang berair juga dapat ditolong melalui cara ini. Ruam, bisul, dan jerawat bernanah yang terinfeksi dapat disembuhkan dengan kalium klorida (*Pottasium Klorida*), termasuk *cradle cap* dan cacar keras yang meradang.

Dalam hal perawatan kulit, *Iqasub (Istihmamu Qubla As-Suhbi)-Therapy* dapat mencegah penuaan dini (*anti aging*) dan mencegah munculnya jerawat. *Iqacub-Therapy* merupakan contoh kecil dari penerapan ilmu kesehatan yang mengacu pada Alquran. Masih banyak ilmu kesehatan yang perlu dikaji dalam Alquran. Marilah kita senantiasa membumikan Alquran dalam kehidupan kita dengan lebih banyak melakukan penelitian yang didasarkan pada Alquran dan Sunnah Nabi SAW.

DAFTAR RUJUKAN

Austin, E. 2006. *Terapi Garam*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.

Hamidin, A.S. 2010. *Kebaikan Air Putih: Terapi Air Putih untuk Penyembuhan, Diet, Kehamilan, dan Kecantikan*. Yogyakarta: Penerbit Media Pressindo.

HTA Indonesia. 2004. *Terapi Ozon*. (Online), (http://www.scribd.com/doc/150537394/Terapi-Ozon-jpdf), diakses 20 Oktober 2013.

Kementerian Riset dan Teknologi Republik Indonesia. 2010. *IPTEK Tentang : O-Water, Alat Pembuat Air Berozon*. (Online), (http://www.ristek.go.idmodule=News%2520News&id=5332.htm), diakses 20 Oktober 2013.

Leigh, Irene & Wojnarowska, Fenella. 1985. *Mengatasi Masalah Kulit dan Rambut.* Terjemahan F.X. Budiyanto. 1989. Jakarta: Arcan.

Purwaningsih, Ika. 2013. *Nyaris Tanpa Efek Samping*. (Online), (http://www.suaramerdeka.com), diakses 20 Oktober 2013.

Shihab, M.Q. 2002. *Tafsir Al-Misbah.* Jakarta: Lentera Hati.

Tranggono, Retno I.S. 1992. *Kiat Apik Menjadi Sehat dan Cantik: Petunjuk Praktis Perawatan Kulit dan Penggunaan Kosmetika bagi Remaja.* Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

ISTIHMAM AYYUBI: KAJIAN SAINS-RELIGI MENGURANGI DERMATITIS KONTAK DI INDONESIA MELALUI *IA-CONDITIONER*

Oleh :
Fatihatus Syahida, Wahyu Rahmawati

Fakta Penyakit Kulit

Kulit merupakan salah satu alat tubuh manusia yang terpenting, paling luas, dan terletak paling luar. Kulit memiliki beberapa lapisan, salah satunya adalah lapisan epidermis. Lapisan paling luar dari epidermis adalah lapisan tanduk yang sangat keras (Leigh & Wojnarowska, 1985). Dengan adanya lapisan ini, kulit berfungsi untuk melindungi jaringan yang ada di dalamnya dan membentuk perintang terhadap kuman. Selain itu, penampilan kulit akan menunjukkan penampilan seseorang (Tranggono, 1992).

Saat ini penyakit kulit dan jaringan subkutan lainnya menjadi permasalahan yang cukup serius di Indonesia. Penyakit tersebut merupakan penyakit urutan ketiga terbanyak di rumah sakit seluruh Indonesia tahun 2010. Kasus penyakit kulit dan jaringan subkutan lainnya yang menimpa laki-laki sebanyak 48.576 dan perempuan sebanyak 73.500 (Soepardi, 2011).

Senada dengan kasus maraknya penyakit kulit, dahulu Nabi Ayyub AS juga mengalami sakit kulit. Allah SWT berfirman dalam Q.S. Shaad (38): 41-42:

وَٱذۡكُرۡ عَبۡدَنَآ أَيُّوبَ إِذۡ نَادَىٰ رَبَّهُۥٓ أَنِّي مَسَّنِيَ ٱلشَّيۡطَٰنُ بِنُصۡبٖ وَعَذَابٍ ﴿٤١﴾ ٱرۡكُضۡ بِرِجۡلِكَۖ هَٰذَا مُغۡتَسَلُۢ بَارِدٞ وَشَرَابٞ ﴿٤٢﴾

Artinya: *Dan ingatlah hamba Kami Ayyub, ketika dia menyeru kepada Tuhannya: "sesungguhnya aku diganggu syetan dengan kepayahan dan siksaan". (Allah SWT berfirman): "Hentakkanlah kakimu; inilah air yang dingin untuk mandi dan untuk minum".* (Q.S. Shaad: 41-42).

Ayat tersebut menjelaskan tentang kisah Nabi Ayyub AS yang tertimpa penyakit kulit yang cukup parah. Melalui ayat tersebut Allah SWT memerintahkan Nabi Ayyub AS untuk mandi, tidak hanya dengan sekedar air namun diperintahkan menggunakan air yang dingin. Dalam *Tafsir Al-Misbah* (Shihab, 2005) disebutkan bahwa kata بارد bârid/dingin/segar digunakan juga untuk melukiskan sesuatu yang menyenangkan (Shihab, 2005). Hal itu mengisyaratkan bahwa kesehatan Nabi Ayyub AS akan segera pulih setelah mandi dan minum menggunakan air tersebut.

Air yang sejuk bisa diperoleh pada waktu sebelum Subuh. Menurut hasil penelitian, mandi menggunakan air dingin pada waktu sebelum Subuh memiliki beberapa manfaat, salah satunya untuk kesehatan kulit. Hamidin (2010) menjelaskan bahwa mandi pagi dengan air dingin dapat menjadikan awet muda atau bagi wanita dapat mempertahankan kecantikan karena jaringan sel-sel kulit akan membaik.

Akan tetapi, tidak semua orang dapat bangun pagi untuk mandi sebelum Subuh. Menyiasati fenomena ini, penulis merancang *IA (Istihmâm Ayyûbî)-Conditioner* yang merupakan sebuah alat untuk mengondisikan air dan udara seperti pada waktu sebelum Subuh. Alat ini dapat ditempatkan di kamar mandi dan digunakan setiap waktu kapanpun diinginkan.

Pandangan Islam terhadap *Istihmâm Ayyûbî* (Mandi Ala Nabi Ayyub AS)

Istihmâm Ayyûbî (IA) adalah tata cara mandi yang terinspirasi dari mandinya Nabi Ayyub AS dalam usahanya mengobati sakit kulit yang dideritanya. Sebagaimana yang disampaikan Ibnu Katsir dalam tafsirnya bahwa Nabi Ayyub AS pada mulanya adalah or-

ang yang termasuk kaya, kemudian jatuh miskin. Setelah miskin, ia tertimpa suatu penyakit sampai tidak mampu membeli obat. Orang-orang di sekitarnya tidak mau mendekat karena takut tertular penyakitnya (Hamka, 1976).

Kemudian Nabi Ayyub AS berdoa dan Allah SWT memberikan solusi seperti yang termaktub dalam Q.S. bâd (38): 41-42 dan telah dipaparkan sebelumnya. Nabi Ayyub AS menderita penyakit kulit beberapa waktu lamanya sehingga ia memohon pertolongan kepada Allah SWT kemudian Allah SWT mengabulkan doanya dan memerintahkannya menghentakkan kakinya di bumi. Nabi Ayyub AS menaati perintah itu maka keluarlah air dari bekas kakinya atas petunjuk Allah SWT, ia pun mandi dan minum dari air itu, sehingga sembuhlah ia dari penyakit itu dan dapat berkumpul kembali dengan keluarganya (Depag RI, 1984). Ada yang mengatakan bahwa Nabi Ayyub AS menderita penyakit itu selama 14 tahun dan ada juga yang mengatakan 18 tahun (Hamka, 1976). Mujahid mendeskripsikan bahwa penyakit yang diderita Nabi Ayyub AS adalah penyakit cacar. Penyakit itu menimpanya dalam waktu yang lama, yaitu kurang lebih 3 tahun. Sementara itu, Anas mengatakan 7 tahun beberapa bulan. Sedangkan Humaid, didukung oleh Ibnu Abi Hatim dan Ibnu Jarir berpendapat bahwa cobaan itu selama 18 tahun (Katsir, 1968).

Dalam *Tafsir Ibn Katsir* (Abdullah, 1994) dijelaskan bahwa terdapat satu pendapat yang menyatakan bahwa kepayahan ada pada badan Nabi Ayyub AS dan siksaan ada pada harta dan anak-anaknya. Ketika itu, Allah SWT memerintahnya untuk beranjak dari tempatnya serta menghentakkan kakinya ke tanah, lalu Nabi Ayyub AS melakukannya. Tiba-tiba Allah SWT memancarkan mata air dan memerintahkannya untuk mandi, hingga hilanglah seluruh penyakit yang diderita tubuhnya. Kemudian Allah SWT memerintahkannya lagi untuk menghentak tanah yang lain dengan kakinya, maka muncul mata air yang lain, lalu Allah SWT memerintahkannya untuk meminum air itu, hingga hilanglah

seluruh penyakit dalam batinnya, maka sempurnalah kesehatan lahir dan batinnya (Abdullah, 1994).

Anjuran untuk mandi dalam Islam selain untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, juga mengandung unsur kesenangan diri. Dalam *Tafsir Al-Misbah* (Shihab, 2005) disebutkan bahwa kata (بارد) bârid/dingin/segar digunakan juga untuk melukiskan sesuatu yang menyenangkan. Di sini kata tersebut mengisyaratkan kesehatan Nabi Ayyub AS akan segera pulih, dan ia akan merasa nyaman begitu mandi dan minum (Shihab, 2005). Di dalam ayat tersebut sudah ditunjukkan sifat air itu, yaitu jernih lagi sejuk. Sejuk menjadikan enak untuk mandi dan jernihnya menimbulkan keinginan untuk meminumnya. Setelah mandi, Nabi Ayyub AS merasa badannya segar dan penyakitnya mulai terasa sembuh. Selain itu, ia juga meminumnya. Kesejukan yang melalui kerongkongan menyebabkan rasa sakit yang ada dalam badan juga mulai terasa hilang (Hamka, 1976).

Mandi adalah kegiatan membersihkan tubuh dengan air dan sabun (dengan cara menyiramkan, merendamkan diri dalam air, dan sebagainya) (KBBI, 2008). Perintah untuk mandi telah dijelaskan dalam sebuah hadits berikut,

حَقٌّ لِلّهِ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ أَنْ يَغْتَسِلَ فِي كُلِّ سَبْعَةٍ أَيَّامٍ يَغْتَسِلُ رَأْسَهُ وَجَسَدَه

Artinya: *Hak Allah SWT atas setiap orang muslim ialah mandi minimal seminggu sekali, dengan mencuci kepala dan tubuhnya* (HR. Bukhari dan Muslim).

Rasulullah memerintahkan umatnya untuk mandi menggunakan air minimal satu kali dalam seminggu. Selain untuk membersihkan diri, mandi juga merupakan salah satu jalan bersuci. Dalam kajian fiqih dijelaskan bahwa air yang dapat digunakan untuk bersuci dibagi menjadi tujuh macam, yaitu air langit, air laut, air sungai, air sumur, air sumber, air es, dan air dingin. Kemudian air itu dikelompokkan menjadi empat, antara lain (1) air mumlaq, yaitu air suci yang menyucikan dan tidak makruh untuk digunakan, (2)

air mushammas, yaitu air suci yang menyucikan tetapi makruh digunakan, (3) air musta'mal, yaitu air suci tetapi tidak menyucikan, meliputi air yang telah digunakan dan air yang tercampur dengan benda-benda suci lainnya, dan (4) air najis (Syuja', 1989).

Dari semua jenis air tersebut, yang baik untuk bersuci adalah air yang dingin. Air mushammas, yaitu air yang terjemur panas matahari dihukumi makruh digunakan untuk bersuci karena air tersebut dapat menyebabkan penyakit kulit atau sejenisnya (Syuja', 1989). Hal itu sejalan dengan perintah Allah SWT terhadap Nabi Ayyub AS untuk mandi menggunakan air dingin, sesuai dengan yang dinyatakan dalam Q.S. Shaad (38): 42.

Air yang sejuk atau dingin bisa diperoleh pada waktu sebelum Subuh. Keadaan air ketika sebelum Subuh tidaklah sama dengan air di waktu lain. Saat sebelum Subuh, air terasa dingin. Islam sangat menganjurkan mandi menggunakan air dingin sebelum Subuh. Dalam sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari disampaikan berikut,

فَـــإِذَا صَّـــلي الغَـــدَاةَ اغْتَسَـــلَ

Hadits tersebut menjelaskan bahwa Rasulullah membiasakan mandi sebelum Salat Subuh. Yang dimaksud adalah Salat Subuh. Rasulullah SAW melakukan hal itu atas contoh dari Nabi Ismail AS, dan Nabi Ismail AS meniru cara mandi Nabi Ayyub AS (Bukhari, 1422 H).

Pada waktu sebelum Subuh juga terdapat keberkahan. Rasulullah SAW bersabda.

بُـــورِكَ لِـــأُمَّتِي فِـــي بُكُورِهَـــا

Artinya: "*Keberkahan bagi umatku mengalir di waktu pagi buta*" (HR. Ath-Thabrani).

Analisis *Istihmâm Ayyûbî* (Mandi Ala Nabi Ayyub AS) Menurut Perspektif Sains

Manfaat dari *Istihmâm Ayyûbî (IA)* yang menggunakan air dingin (بارد) dapat dijelaskan secara ilmiah. Mandi dengan air dingin sebelum Subuh memiliki beberapa manfaat. Para peneliti di lembaga riset trombosis di London menemukan bahwa mandi dengan air dingin akan meningkatkan sel darah putih dalam tubuh, meningkatkan kemampuan seseorang terhadap serangan virus, meningkatkan produksi hormon testosteron pada pria dan hormon esterogen pada wanita, serta menjadikan seseorang awet muda atau mempertahankan kecantikan bagi wanita. Hal ini dikarenkan sel-sel kulit akan membaik, kuku-kuku akan lebih sehat dan kuat tidak mudah retak, serta rambut pun akan tumbuh lebat (Hamidin, 2010).

Ahmad (2008) menjelaskan bahwa mandi merupakan cara yang paling efektif untuk menghilangkan bakteri dan jamur. Referensi-referensi utama medis menyebutkan bahwa kulit termasuk salah satu sarang terbesar bakteri dan jamur. Sebagian besar bakteri dan jamur di dalam tubuh memang berpusat di kulit dan pangkal rambut. Jumlahnya berkisar sepuluh sampai seratus ribu kuman per seperempat sentimeter kulit luar. Pada daerah-daerah tubuh yang terbuka, jumlahnya bisa mencapai satu sampai lima juta kuman per sentimeter persegi.

Selain itu, dijelaskan pula oleh Ahmad (2008) bahwa sejumlah penelitian yang dilakukan oleh pakar spesialis membuktikan bahwa mandi bisa menghilangkan 95% mikroorganisme dari tubuh manusia. Artinya, setiap kali mandi bakeri yang hilang lebih dari dua juta. Dan karena kuman-kuman ini menempel pada kulit dengan bulu-bulu yang sangat kuat, maka Rasulullah SAW pun memerintahkan untuk menggosok-gosok kulit waktu wudlu dan mandi.

Sridiany (2013) menjelaskan bahwa mandi pagi dengan air dingin memiliki manfaat untuk kesehatan, salah satunya adalah

dapat menyehatkan rambut dan kulit. Rambut dan kulit akan kering apabila mandi dengan air panas karena ketika air panas menyentuh kulit, maka akan mengupas lapisan sebum pada kulit. Perlu diketahui bahwa lapisan sebum ini berfungsi melindungi kulit dari kekeringan saat mandi yang disekresikan (dikeluarkan) oleh kelenjar pada kulit. Kulit kepala yang kering dan rambut rapuh serta ketombe bisa muncul apabila sering mandi menggunakan air panas. Hal ini juga bisa membuat pori-pori pada kulit terbuka sehingga besar kemungkinan kotoran dan debu di udara bisa membuat pori-pori menjadi tersumbat dan akhirnya timbullah jerawat. Semua akibat ini bisa dihindari dengan membiasakan mandi menggunakan air dingin.

Selain itu, menurut Ahmad (2008), kadar ozon tertinggi di udara terjadi ketika fajar, untuk kemudian menurun secara bertahap dan menghilang ketika matahari terbit. Gas ini mempunyai efek yang bermanfaat bagi sistem saraf dan meningkatan akivitas pikir dan otot. Dan ketika angin fajar tersebut dihirup, maka tubuh akan merasakan kebugaran yang tidak didapatkan pada jam-jam lain di siang maupun malam hari. Menurut penelitian, makin pagi air yang digunakan maka kandungan ozon yang terkandung di dalamnya adalah lebih besar, dan ozon ini mengandung khasiat yang menakjubkan bagi tubuh bila digunakan untuk keperluan mandi pagi yaitu pada saat fajar (Salafy, 2012).

Ozon juga bermanfaat bagi kulit. Cara kerja ozon adalah sebagai desinfektan kulit untuk membunuh bakteri, jamur, virus, ataupun bahan karsinogenik (yang dapat menstimulasi kanker). Selain itu, gas ozon dapat memperbaiki sirkulasi darah ke jaringan, mempercepat epitelialisasi (pertumbuhan sel kulit), dan memperbaiki suplai oksigen ke jaringan yang dapat mengikat radikal bebas untuk mencegah penuaan (Radar Lampung, 19/02/2013).

Penanganan Kasus Dermatitis Kontak di Indonesia melalui *Istihmâm Ayyûbî (IA)*

Dermatitis adalah peradangan kulit (epidermis dan dermis) sebagai respon terhadap pengaruh faktor eksogen dan atau faktor endogen, menimbulkan kelainan klinis berupa efloresensi polimorfik dan keluhan gatal (Sularsito & Djuanda, 2005). Sedangkan dermatitis kontak adalah dermatitis yang disebabkan oleh bahan atau substansi yang menempel pada kulit. Dermatitis kontak dibagi menjadi dua, yaitu dermatitis kontak iritan dan dermatitis kontak alergik. Dermatitis kontak iritan merupakan reaksi peradangan kulit tanpa didahului proses sensitisasi. Sebaliknya, dermatitis kontak alergik terjadi pada seseorang yang mengalami sensitisasi terhadap suatu alergen (Sularsito & Djuanda, 2005).

Di antara pasien usia kerja, penyakit kulit menempati urutan ketiga dari seluruh penyakit akibat kerja pada umumnya, dengan kejadian dermatitis kontak sebesar 70-90% dari semua penyakit akibat kerja (Sunaryo, dkk., 2012). Hal ini dibuktikan oleh data 10 besar penyakit dengan pasien rawat jalan terbanyak di rumah sakit seluruh Indonesia tahun 2010 menurut Daftar Tabulasi Dasar (DTD) bersumber pelaporan Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) yang berasal dari Ditjen Bina Upaya Kesehatan, Kementrian Kesehatan RI. Data tersebut terangkum dalam tabel 1.

Tabel 1. Data 10 Besar Penyakit dengan Pasien Rawat Jalan Terbanyak di Rumah Sakit Seluruh Indonesia tahun 2010

No	Daftar Tabulasi Dasar (DTD)	Kasus		Jumlah Kasus Baru	Jumlah Kunjungan
		Laki-laki	Perempuan		
1.	Infeksi saluran napas bagian atas akut lainnya	147.410	143.964	291.356	433.354
2.	Cidera YTD lainnya YTT dan daerah	77.337	49.735	127.076	168.768

No	Daftar Tabulasi Dasar (DTD)	Kasus		Jumlah Kasus Baru	Jumlah Kunjungan
		Laki-laki	Perempuan		
	bagian multipel				
3.	Penyakit kulit dan jaringan subkuntan lainnya	48.576	73.500	122.076	192.414
4.	Gangguan refraksi dan akomodasi	42.349	69.169	111.513	143.404
5.	Diare dan gastroenteritis oleh penyebab infeksi tertentu	53.389	51.890	105.279	141.556
6.	Dispepsia	34.981	53.618	88.599	163.428
7.	Penyakit pulpa dan periapikal	39.427	46.994	86.421	153.211
8.	Hipertensia esensial	35.462	45.153	80.615	277.846
9.	Konjungtivitas dan gangguan lain konjungtivita	30.250	37.776	68.026	87.513
10.	Penyakit telinga dan prosesus marpoid	30.583	30.885	61.438	99.663

Sumber: Ditjen Bina Upaya Kesehatan, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.

Mujahid (dalam Katsir, 1968) mendeskripsikan bahwa penyakit yang diderita Nabi Ayyub AS adalah penyakit cacar. Ada juga yang berpendapat bahwa penyakit kulit yang menyerang Nabi Ayyub AS berupa penyakit lepra yang menyerang seluruh tubuhnya tanpa menyisakan secuil dagingpun dari tubuhnya. Tidak ada

yang selamat dari anggota tubuhnya kecuali hati dan lisannya, yang dengan keduanya Nabi Ayyub AS berdzikir mengingat Allah SWT (Abrar, 2011). Ciri penyakit kulit yang dialami Nabi Ayyub AS dapat digolongkan ke dalam dermatitis kontak.

Istihmâm Ayyûbî (AI) merupakan tata cara mandi yang dikondisikan seperti mandi yang dilakukan oleh Nabi Ayyub AS, yakni menggunakan air sebelum Subuh. Karena tidak semua orang dapat bangun untuk mandi sebelum Subuh, maka penulis merancang sebuah alat yang dinamai *IA-Conditioner*. *IA- Conditioner* adalah suatu alat yang digunakan untuk mengondisikan air dan udara seperti waktu sebelum Subuh. Konsep *IA-Conditioner* dijelaskan melalui beberapa tahap atau proses yakni seperti yang ditunjukan pada tabel 2.

Tabel 2. Rancangan Konsep *IA-Conditioner*

No	Tahapan	Bahan yang Digunakan	Proses
1.	**Proses Penyaringan Koloid Kasar diatas 20 Micron**	Silica sand atau quarsa	Air dialirkan melalui selang. Air ini akan melalui *silica sand* yang akan menyaring dan menghilangkan kotorang yang terlihat
2.	**Proses *Carbon Filter***	Lapisan Karbon	Air yang masuk tidak hanya disaring, namun juga mensterilkan air dari parasit, pestisida dan zat berbahaya lainnya. Proses penyaringan antara 0,01 – 0,1 micron.
3.	**Proses Penyaringan Atom dibawah 0,0001 Micron**	Membran semipermiabel	Membran semipermiabel mempunyai lubang air 1/10000 micron dimana air yang melewati

No	Tahapan	Bahan yang Digunakan	Proses
			lubang tersebut sudah merupakan air bebas mineral bakteri, virus dan logam-logam berat lainnya.
4.	**Proses Ozonisasi**	Reaktor Ozon	Reaksi dari oksigen dan air pada elektroda akan membuat air yang telah diproses mengandung ozon

Sedangkan untuk mengondisikan udara agar seperti pada waktu sebelum Subuh, maka *IA-Conditioner* juga dilengkapi dengan teknologi *hycool*. *Hycool* merupakan bahan pendingin (refrigeran) campuran untuk menggantikan bahan freon yang selama ini digunakan untuk AC. Selain lebih hemat energi, *hycool* juga lebih ramah lingkungan karena tidak melepaskan zat-zat yang bisa merusak ozon sebagaimana freon. *Hycool* adalah tiga bahan pendingin hidrokarbon, yaitu HCR-12, HCR-22 dan HCR-134a. Ketiga bahan ini memberikan tiga keunggulan, hemat energi/ listrik, ramah lingkungan karena tidak merusak ozon dan tidak mengakibatkan pemanasan global. *Hycool* juga bisa menghemat pemakaian listrik 12-24 persen (Harian Republika, 26/08/2005).

Solusi yang pernah ditawarkan sebelumnya adalah solusi yang fokus pada penyelesaian kuratif, yaitu penyelesaikan kasus setelah terjangkit penyakit kulit termasuk dermatitis kontak. Penyelesaian kasus secara kuratif yang dimaksud adalah pemberian obat-obatan baik secara medis maupun tradisional. Sularsito & Djuanda (2005) menyatakan bahwa dermatitis atau madidan diobati dengan cara basah (kompres terbuka) yakni diberi losio (bedak kocok), krim, pasta, dan linimentun (krim pendingin) serta salep.

Akan tetapi, penggunaan obat-obatan yang berlebihan tidak baik untuk kesehatan, termasuk kesehatan kulit. Hal ini diperkuat

oleh Baratawidjaja (2005) yang menyatakan bahwa sekitar 15 persen penderita yang berkunjung ke dokter ahli penyakit kulit disebabkan oleh reaksi obat. Reaksi terbanyak dari alergi obat didapat pada kulit. Dermatitis kontak atau eksim terjadi akibat pemakaian obat yang dioleskan pada kulit. Reaksi yang sama disebabkan oleh zat warna dan bahan kimia dalam salep. Hal itu menunjukkan bahwa penggunaan obat-obatan yang selama ini dilakukan oleh masyarakat kurang baik untuk kesehatan kulitnya bahkan justru memperparah. Oleh sebab itu, diperlukan solusi yang lebih efektif untuk mengurangi dermatitis kontak di Indonesia.

Istihmâm Ayyûbî (IA) dapat diaplikasikan dalam ranah luas sebagai upaya preventif dan kuratif menangani kasus dermatitis kontak di Indonesia. Adanya *IA-Conditioner* juga memudahkan masyarakat untuk mengaplikasikan *Istihmâm Ayyûbî (IA)*. Jika gagasan ini diaplikasikan dalam ranah luas, maka diprediksikan jumlah kasus dermatitis kontak di Indonesia akan berkurang.

DAFTAR RUJUKAN

Abdullah. 1994. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7*. Terjemahan Ghoffar E. M, M.A. & Al- Atsari, A. I. 2004. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.

Ahmad, Y. A. 2008. *Al-Qur'an Kitab Kedokteran: Rahasia Kemukjizatan Sains*. Yogyakarta: Sajadah Press.

Baratawidjaja, K. G. 2005. *Mengenal Alergi*. Jakarta: Djambatan.

Bukhari, I. 1422 H. *bohîh Al-Bukhârî Juz II*. Damaskus: Dar Thauq al-Najah.

Departemen Agama Republik Indonesia. 1984. Al-Qur'an dan Terjemahnya. Semarang: CV. Asy Syifa'.

Hamidin, A.S. 2010. Kebaikan Air Putih: Terapi Air Putih untuk Penyembuhan, Diet, Kehamilan, dan Kecantikan. Yogyakarta: Penerbit Media Pressindo.

Hamka. 1976. Tafsir Al-Azhar Juzu' XXIII. Surabaya: Yayasan Latimojong.

Harian Republika. 26 Agustus 2005. Aryadi Suwono & Tim Peneliti ITB: Penemu

Bahan Pendingin (Hycool) Pengganti Freon yang Lebih Hemat Energi, (Online), (http://www.republika.co.id), diakses 20 Mei 2014.

Katsir, I. 1968. Kitab Qicacu Al-Anbiyâ'. Kairo: Daar Al-Ta'lif.

Leigh, I & Wojnarowska, F. 1985. Mengatasi Masalah Kulit dan Rambut. Terjemahan F.X. Budiyanto. 1989. Jakarta: Arcan.

Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2008. Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga. Jakarta: Balai Pustaka.

Radar Lampung. 19 Februari 2013. Terapi Ozon Cegah Penuaan Dini, (Online), (http://www.radarlampung.co.id), diakses 18 Mei 2014.

Salafy, Q. 2012. Khasiat Mandi Sebelum Waktu Subuh Tiba, (Online), (http://kesehatan.kompasiana.com), diakses tanggal 18 Mei 2014.

Shihab, M.Q. 2005. Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an Volume 12. Jakarta: Lentera Hati.

Soepardi, J, dkk. 2011. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2010. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Sridiany. 2013.Manfaat Mandi Air Dingin Bagi Kesehatan Tubuh. (Online), (http://dinkesrl.net), diakses 23 Oktober 2013.

Sularsito, S. A. & Djuanda, S. 2005. Dermatitis. Ilmu Penyakit Kulit dan Kelamin. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Sunaryo, dkk. Profil Dermatitis Kontak di Poliklinik Kulit dan Kelamin BLU RSUP Prof Dr. R. D. Kandou Manado Periode Januari – Desember 2012, (Online), (http://ejournal.unsrat.ac.id), diakses 19 Mei 2014.

Syuja', S. A. 1989. Matn al-Ghayah wa al-Taqri. Damaskus: Dar Ibn Katsir.

Tranggono, R.I.S. 1992. Kiat Apik Menjadi Sehat dan Cantik: Petunjuk Praktis Perawatan Kulit dan Penggunaan Kosmetika bagi Remaja. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.

FULKAH (MIKSYAFUL MALAIKAH) DESAIN APLIKASI PENDETEKSI ENERGI POSITIF UNTUK MEMINIMALISASI PERILAKU NEGATIF

Oleh :
Ria Aisah Munir

Fenomena Perilaku Negatif di Indonesia

Dewasa ini, marak kasus perilaku negatif yang dilakukan oleh hampir semua kalangan, baik dilihat dari segi usia maupun profesi yang digelutinya. Bahkan, perilaku negatif itu juga dilakukan oleh pejabat dan penegak hukum di negeri ini. Dari kalangan pejabat, misalnya kasus korupsi yang dilakukan oleh mantan bupati Aceh Utara, Ilyas A Hamid. Ia ditetapkan sebagai tersangka sejak 23 Oktober 2014 karena terlibat kasus korupsi pinjaman pada Bank Aceh Cabang Lhokseumawe pada tahun 2009 sebesar Rp 7,5 miliar (http://www.merdeka.com). Selain itu, untuk kasus polisi, menurut siaran pers Ketua Presidium *Indonesia Police Watch* (IPW), dalam rentang waktu tiga bulan saja, yakni antara Januari sampai Maret 2013, polisi yang terlibat narkoba ada 4 kasus, penganiayaan 3 kasus dan perilaku menyimpang yang berkaitan dengan seks ada 6 kasus (www.medanbagus.com).

Faktor yang Mendorong Seseorang Berperilaku Negatif

Seseorang yang melakukan perilaku negatif dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor lingkungan. Faktor lingkungan tidak hanya menyangkut kepentingan atau hubungan seseorang dengan orang lain. Akan tetapi, juga menyangkut energi-energi yang ada di sekitar orang tersebut. Sudarmojo (2013)

mengatakan bahwa tubuh manusia dapat disebut tubuh energi. Dalam bukunya juga disebutkan bahwa tokoh fisika, Niels Henrik David Bohr dan Werner Heisenberg, melaporkan hasil penelitiannya tentang partikel subatomik kuantum yang tidak kasat mata, yang kemudian membuat para ahli fisika di dunia semakin yakin bahwa semua benda di alam semesta sesungguhnya terbuat dan tersusun atas energi yang disebut sebagai kuantum.

Sudarmojo (2013) juga menyebutkan bahwa kuantum tidak tergapai penglihatan mata, tetapi bisa diakses melalui keberadaan jin dan malaikat yang dapat memengaruhi aktivitas organ tubuh manusia. Dalam sumber lain, Aneesuddin (1999) mengatakan bahwa malaikat dan jin tersusun dari beberapa bentuk energi radian yang tidak dapat dipersepsi secara indriawi tetapi memiliki kekuatan yang memengaruhi manusia tanpa disadari. Mustofa juga mengatakan bahwa malaikat adalah makhluk Allah yang menempati peran protagonis, mendukung segala peristiwa kebajikan dalam kehidupan manusia. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa energi di sekitar manusia turut serta memengaruhi perilaku manusia. Malaikat merupakan salah satu bentuk energi radian yang juga memengaruhi untuk mendukung kebaikan bagi manusia.

Kisah Kaum Muslimin yang Mendapatkan Bantuan saat Perang Badar

Al-Qur'an sendiri telah menyebutkan penjelasan tentang malaikat, yakni pada Q.S. Al-Anfâl: 9-10.

إِذْ تَسْتَغِيثُونَ رَبَّكُمْ فَٱسْتَجَابَ لَكُمْ أَنِّى مُمِدُّكُم بِأَلْفٍ
مِّنَ ٱلْمَلَٰٓئِكَةِ مُرْدِفِينَ ﴿٩﴾ وَمَا جَعَلَهُ ٱللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ
وَلِتَطْمَئِنَّ بِهِۦ قُلُوبُكُمْ ۚ وَمَا ٱلنَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِندِ ٱللَّهِ ۚ إِنَّ
ٱللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿١٠﴾

Artinya: *(Ingatlah), ketika kamu memohon pertolongan kepada Tuhanmu, lalu diperkenankan-Nya bagimu: "Sesungguhnya Aku akan mendatangkan bala bantuan kepada kamu dengan seribu malaikat yang datang berturut-turut." Dan Allah tidak menjadikannya (mengirim bala bantuan itu), melainkan sebagai kabar gembira dan agar hatimu menjadi tenteram karenanya. Dan kemenangan itu hanyalah dari sisi Allah. Sesungguhnya Allah Mahaperkasa lagi Mahabijaksana* (Q.S. al-Anfâl: 9-10).

Dalam tafsir Ibn Katsir disebutkan, yang dimaksud مِنَ ٱلْمَلَٰٓئِكَةِ مُرْدِفِيْنَ *(Dengan seribu malaikat yang datang berturut-turut)* adalah sebagian mereka berada di belakang sebagian yang lainnya, sebagaimana dikatakan oleh Harun bin Hubairah dari Ibnu 'Abbas r.a. yang mengatakan bahwa *murdifîn* artinya *mutatâbi'în* (terus berkelanjutan tanpa putus). Mungkin juga yang dimaksud *murdifîn* adalah mereka berada di belakang kalian, maksudnya, sebagai bantuan kepada kalian (Abdullah, 1994).

Ayat ini turun berkenaan dengan peristiwa Perang Badar. Ketika itu, pasukan kaum muslimin berjumlah sekitar 300 orang, sedangkan kaum musyrikin sebagai musuh berjumlah lebih dari 1.000 orang. Kemudian Rasulullah berdoa dengan perasaan sedih memohon pertolongan kepada Allah (Hamka, 1984). Rasulullah memohonkan kekuatan untuk umatnya supaya kaum muslimin yang ikut berperang waktu itu tidak berpaling menjadi kafir.

Dikisahkan pada saat Perang Badar, ada seorang sahabat yang mengejar seorang musyrik dengan gigih, tiba-tiba ia mendengar suara pukulan dan suara penunggang kuda yang menghentakkan kudanya. Lalu sahabat tersebut melihat orang musyrik itu jatuh tewas terkapar dengan hidung dan wajahnya terluka berat akibat pukulan keras (Noer, 2014). Peristiwa ini menunjukkan bahwa yang membunuh kaum musyrikin tersebut bukan sahabat Rasulullah, akan tetapi malaikat yang diturunkan oleh Allah.

Ketika malaikat diturunkan ke bumi, malaikat-malaikat tersebut dipimpin oleh malaikat Jibril. Kemenangan pada perang

Badar menjadi pesta di kalangan para malaikat karena peristiwa ini adalah pertama kalinya mereka diizinkan terjun ke gelanggang perang di bawah komando Jibril dengan seribu pasukan malaikat pilihan (Noer, 2014). Berdasarkan keterangan tersebut dapat dikatakan bahwa malaikat Jibril merupakan pemimpin malaikat-malaikat lainnya.

Keberadaan malaikat yang membantu memberikan kekuatan itu dapat dijelaskan dalam dunia sains. Dalam dunia sains, malaikat itu masuk dalam kajian kuantum. Kuantum tidak tergapai penglihatan mata. Sains modern menjelaskan bahwa semua benda yang tampak dan tidak tampak adalah makhluk yang berjiwa. Seperti halnya keberadaan jin dan malaikat yang merupakan bahasan dari kuantum. Keberadaan jin dan malaikat tersebut memengaruhi aktivitas manusia. Aneesuddin (1999) mengatakan bahwa malaikat dan jin tersusun dari beberapa bentuk energi radian yang tidak dapat dipersepsi secara indriawi tetapi memiliki kekuatan yang memengaruhi manusia tanpa disadari. Keberadaan malaikat dapat memberikan energi positif. Sesuai dengan sifatnya, energi positif dapat mendorong manusia untuk berperilaku baik.

Penjelasan malaikat pada Q.S. Al-Anfâl: 9-10 diperkuat dengan penjelasan Q.S. Ali 'Imrân: 124.

إِذْ تَقُولُ لِلْمُؤْمِنِينَ أَلَن يَكْفِيَكُمْ أَن يُمِدَّكُمْ رَبُّكُم بِثَلَٰثَةِ
ءَالَٰفٍ مِّنَ ٱلْمَلَٰٓئِكَةِ مُنزَلِينَ ﴿١٢٤﴾

Artinya: *(Ingatlah), ketika engkau (Muhammad) mengatakan kepada orang-orang beriman, "Apakah tidak cukup bagimu bahwa Allah Membantu kamu dengan tiga ribu malaikat yang diturunkan (dari langit)?"*(Q.S. Ali 'Imrân: 124).

Konsep Malaikat dalam Perspektif Alquran dan Hadis

Menurut bahasa, kata "Malaikat" merupakan jamak yang berasal dari bahasa Arab *malaka* yang berarti kekuatan, yang berasal dari kata mashdar *"al-alukah"* yang berarti risalah atau misi, kemudian sang pembawa misi biasanya disebut ar-Rasul (Saputra, 2012). Menurut kitab Fathul Bari, malaikat adalah makhluk halus yang dianugerahi Allah (kekuatan super) yang tidak tampak (oleh manusia) dan setiap malaikat itu berbeda-beda kemampuan atau kekuatannya.

Sedangkan untuk gambaran malaikat sendiri, Allah menjelaskan di beberapa ayat yang lain. Salah satunya yaitu Q.S. Al-Ma'ârij ayat 4:

تَعْرُجُ ٱلْمَلَٰٓئِكَةُ وَٱلرُّوحُ إِلَيْهِ فِى يَوْمٍ كَانَ مِقْدَارُهُۥ خَمْسِينَ أَلْفَ سَنَةٍ ﴿٤﴾

Artinya: *Para malaikat dan Jibril naik (menghadap) kepada Tuhan, dalam sehari setara dengan lima puluh ribu tahun.*(Q.S. Al-Ma'ârij ayat 4)

Dalam tafsir yang diterbitkan Departemen Agama RI (2010), maksud ayat ini yaitu malaikat-malaikat dan Jibril menghadap Allah memakan waktu yang sangat singkat dan jika dilakukan manusia akan memakan waktu lima puluh ribu tahun. Dalam tafsir ini juga disebutkan teori fisika relativitas umum, yang dikenal mengenai mekanisme pemendekan jarak yang sangat jauh menjadi hanya beberapa meter saja yang saat ini oleh para ilmuwan disebut sebagai *wormhole* (lubang cacing). Jalan-jalan itu boleh jadi adalah ma'ârij, di mana Allah memperinci lebih jauh bahwa para malaikat dan Jibril naik menghadap Allah melalui jalan tersebut dan digambarkan bahwa mereka naik dalam sehari yang kadarnya lima puluh ribu tahun.

Mustofa mengatakan dengan mengikuti rumus relativitas Einstein mengenai dilatasi waktu, maka dapat diketahui kecepatan

malaikat telah mencapai 0,999999999999999C. Artinya sangat dekat dengan kecepatan cahaya. Dalam pendekatan saintifik, ada pengajian khusus mengenai cahaya yang dimaksud.

Penjelasan mengenai penciptaan malaikat juga disebutkan dalam hadits Shahih Muslim 2996-60.

Rasulullah Shallallahu 'alaihi wassalam bersabda: "Malaikat diciptakan dari cahaya, jin diciptakan dari api yang menyala-nyala, dan Adam diciptakan dari sesuatu yang telah disebutkan (ciri-cirinya) untuk kalian" (HR. Muslim).

Secara umum, Marzuqi (1409) menyatakan bahwa tugas-tugas malaikat adalah sebagai berikut. Pertama, perantara dalam mengemban wahyu. Tugas malaikat yang paling penting dan utama adalah menurunkan wahyu atau risalah Tuhan kepada para nabi. Kedua, perantara untuk meneguhkan hati. Tugas malaikat yang seperti ini adalah untuk meneguhkan hati hamba-hamba Allah yang tulus. Ketiga, perantara untuk menjatuhkan siksaan. Tugas malaikat untuk meneguhkan hati orang-orang yang beriman erat sekali hubungannya dengan fungsinya untuk melaksanakan hukuman bagi orang yang kafir. Keempat, mendorong berbuat baik. Perbuatan-perbuatan baik yang dilakukan manusia antara lain adalah karena dorongan para malaikat. Kelima, mencatat perbuatan manusia. Terkait dengan tugas malaikat ini, Alquran menyebutnya sebagai *kirâman kâtibîn* atau juru tulis yang mulia.

Di samping tugas malaikat yang sifatnya umum, ada juga malaikat-malaikat tertentu dengan tugas-tugas khusus yang diberikan Allah kepada masing-masing malaikat. Ada sepuluh malaikat yang kita kenal dengan tugas-tugas khusunya, yaitu:

1. Malaikat Jibril, tugasnya adalah menyampaikan wahyu kepada para Nabi.
2. Malaikat Mikail, tugasnya membagikan rezeki.
3. Malaikat Israfil, tugasnya meniup terompet pada hari akhir sebagai tanda datangnya kiamat.

4. Malaikat Izrail, tugasnya mencabut nyawa.
5. Malaikat Raqib, tugasnya mencatat amal baik manusia.
6. Malaikat Atid, tugasnya mencatat amal buruk manusia.
7. Malikat Munkar, tugasnya menanyai manusia di alam kubur.
8. Malaikat Nakir, tugasnya menanyai manusia di alam kubur.
9. Malaikat Malik, tugasnya menjaga neraka.
10. Malaikat Ridwan, tugasnya menjaga surga.

Konsep Medan Energi

Para ahli metafisika di Barat telah melakukan sebuah penelitian dan menyimpulkan bahwa setiap manusia dan setiap makhluk hidup di dunia ini mempunyai sebuah medan energi. Medan energi ini kekal dan halus. Hal ini membuktikan bahwa ada alam lain tak kasat mata yang disebut sebagai alam kuantum dan energi vibrasi yang sesungguhnya mengelilingi manusia (Sudarmojo, 2013). Seorang fisikawan, Niels Henrik David Bohr dan Werner Heisenberg, melaporkan hasil penelitiannya tentang partikel subatomik kuantum yang tidak kasatmata.

Medan energi tubuh didefinisikan sebagai semua medan energi atau tenaga berasal dari tubuh manusia; hal mana komponen energi ini dapat berupa elektron-statik, magnetik, atau elektron-magnetik, atau *sonic* atau panas, atau visual (Amrinsyah, 2008).

Pada tahun 1940 Harold Burr, seorang *neuroatomis*t dari Yale University mengadakan penelitian mengenai medan enrgi. Interaksi informasi itu terjadi seiring dengan tepatnya jalur frekuensi getaran kesadaran manusia (Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Potensi Insani, 2011).

Informasi di alam ini bukan merupakan fungsi ruang dan waktu, tetapi dalam bentuk vibrasi getaran-getaranyang dalam ilmu Fisika diwakili dengan persamaan gelombang dengan amplitudodan frekuensi masing-masing (Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Potensi Insani, 2011).

Dalam berbagai perjalanan panjang riset fisika kuantum, alam semesta hanyalah lautan energi yang yang bergetar-bergetar yang memiliki kesadaran dan kecerdasan hidup. Perbedaan getaran-getaran itulah yang menyebabkan adanya benda padat, cair, dan gas, memancarkan warna berdbeda-beda, bau yang tidak sama, suhu yang berdinamika, ada wujud kasar dan halus, ada bentuk yang enak dipandang dan juga ada fisik yang sedap untuk dipandang dan sebagainya (Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Potensi Insani, 2011).

Desain Aplikasi *Fulkah (Miksyâful Malâikah)*

Aplikasi *Fulkah (Miksyâful Malâikah)* merupakan aplikasi untuk mendeteksi malaikat. Desain *Fulkah* sendiri didasarkan pada deskripsi malaikat. Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, keterangan dalam Alquran dan hadis menjelaskan bahwa penciptaan malaikat dari cahaya atau sesuatu yang dekat dengan cahaya.

Akan tetapi, meskipun petunjuknya mengarah kepada cahaya, secara sains, bisa mengarah kepada sesuatu yang lebih generik dibanding cahaya, yakni partikel-partikel kuantum yang lebih mendasar. Sebagaimana diketahui, yang menjadi kesatuan partikel-partikel kuantum yaitu Foton, Gluon, Beson Madya, dan Graviton. Partikel-partikel kuantum itu dalam Fisika dikenal sebagai partikel *messenger* atau partikel utusan. Fungsinya adalah menyampaikan pesan berupa medan gaya, yang menghasilkan gaya-gaya dasar alam semesta. Dalam Fisika, Foton disebut sebagai partikel yang tidak bermassa. Foton merupakan partikel pembentuk gaya elektromagnetik. Partikel Beson Madya membentuk gaya nuklir lemah. Partikel Gluon pembentuk gaya nuklir kuat. Sedangkan partikel Graviton terkait dengan gaya gravitasi alam semesta.

Berdasarkan paparan di atas, maka tidak bisa dipungkiri ada kemiripan yang luar biasa antara partikel-partikel kuantum sebagai *messenger* antar benda dan peristiwa, dengan para malaikat yang juga bertugas sebagai utusan bagi terselenggaranya kehidupan alam semesta sebagai makhluk Allah. Bahkan Mustofa dalam bukunya

Pasukan Iblis VS Barisan Malaikat menyampaikan bahwa sejumlah ilmuwan muslim menengarai, ada keterkaitan sangat erat antara malaikat dengan partikel-partikel kuantum tersebut. Hal ini didasarkan pada Q.S. An-Nâzi'ât: 3-5.

وَٱلسَّٰبِحَٰتِ سَبۡحٗا ۝٣ فَٱلسَّٰبِقَٰتِ سَبۡقٗا ۝٤ فَٱلۡمُدَبِّرَٰتِ أَمۡرٗا ۝٥

Artinya: *Demi (malaikat) yang turun dari langit dengan cepat, dan (malaikat) yang mendahului dengan kencang, dan (malaikat) yang mengatur urusan (dunia)* (Q.S. An-Nâzi'ât: 3-5)

Mustofa mengatakan bahwa pada ayat ini dijelaskan bahwa para malaikat sebagai *messenger agent* bisa melesat dengan kecepatan yang sangat tinggi untuk mengatur urusan dunia. Secara Fisika, untuk menjelaskan sesosok makhluk yang memiliki kecepatan sangat tinggi di mana efeknya sampai menyebabkan ruang dan waktu memanjang atau memendek, tidak ada lagi kecuali kita memahaminya lewat dunia kuantum.

Mustofa juga mengemukakan bahwa dalam skala yang lebih halus, *messenger particles* yang berperan bisa jadi berbeda. Semua yang terjadi di skala manusia berdinamika di tataran gelombang elektromagnetik yang membutuhkan partikel foton sebagai *messenger*-nya. Sedangkan di skala benda-benda langit yang raksasa, yang berperan aktif adalah *messenger particles* Graviton.

Fulkah (Miksyâful Malâikah) ini nanti memanfaatkan teknologi sensor. Sensor adalah alat yang digunakan untuk merubah suatu besaran fisika atau kimia menjadi besaran listrik sehingga dapat dianalisa dengan rangkaian listrik tertentu (Pustek Akselerator dan Proses Bahan – BATAN, 2007). Jenis sensor yang digunakan yaitu sensor yang peka terhadap partikel-partikel kuantum.

Seiring dengan perkembangan teknologi fabrikasi elektronika yang sangat pesat sat ini, fabrikasi sensor dapat dilakukan pada

tingkat skala mikroskopik yang dikenal dengan mikrosensor. Dengan demikian, malaikat bisa dideteksi keberadaanya. Ketika sudah demikian, pengembangan yang diharapkan yaitu mampu memaksimalkan energi positif yang ada di sekitar manusia dan meminimalisasi energi negatifnya.

Proyeksi *Fulkah* di Masa Depan

Umat muslim seharusnya kembali pada Al-Qur'an dan Sunnah Nabi agar tercipta sebuah ilmu kesehatan islami dan nabawi yang begitu agung. *Fulkah (Miksyâful Malâikah)* merupakan contoh kecil dari penerapan ilmu teknologi yang mengacu pada Alquran. Berdasarkan kajian ini, dapat diketahui bahwa malaikat bisa dideteksi keberadaanya. Jika sudah demikian, pengembangan yang diharapkan yaitu bagaimana nantinya *Fulkah (Miksyâful Malâikah)* mampu memaksimalkan energi positif yang ada di sekitar manusia dan meminimalisasi energi negatifnya.

DAFTAR RUJUKAN

Abdullah. 1994. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4.* Terjemahan Ghoffar E. M, M.A. & Al- Atsari, A. I. 2004. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi i.

Ahmad bin Ali bin Hajar al-Asqalani. *Fathul Bari bi Syarhi Shahih al-Bukhari*. Kairo

Amrinsyah. 2008. *Medan Energi Tubuh Manusia*. Bandung: ITB

Aneesuddin, M. 1999. *Buku Saku Ayat-ayat Semesta*. Jakarta: Zaman.

Departemen Agama RI. 2010. Al-Qur'an dan Tafsirnya (Edisi yang Disempurnakan). Jakarta: Depag RI

Hamka. 1984. *Tafsir Al-Azhar Juzu 9.* Jakarta: Pustaka Panjimas.

Lembaga Pelatihan dan Pengembangan Potensi Insani. 2011. *Dahsyatnya Potensi Bio Cosmic Energy*, (online), (http://mindpower-spiritual.blogspot.com/p/dalam- kajian-perkembangan-ilmu-sains.html) diakses 8 November 2014.

Marzuqi, A. 1409. *„Aqîdatu Al-„Awâmi.* Terjemahan Adib, A. A. Surabaya: Al-Hidayah.

Medanbagus. 2013. *Ini Data 17 Kasus Prilaku Negatif Polisi Tahun 2013*, (Online), (http://www.medanbagus.comread201304028777Ini-Data-17-Kasus-Prilaku-Negatif-Polisi-Tahun-2013-), diakses 23 Oktober 2014.

Merdeka.com. 2014. *Korupsi Rp 7,5 M, mantan bupati Aceh Utara ditetapkan tersangka*, (Online), (http://www.merdeka.com/peristiwa/korupsi-rp-75-m- mantan-bupati-aceh-utara-ditetapkan-tersangka.html), diakses 8 November 2014.

Mustofa, Agus. _____. *Pasukan Iblis VS Barisan Malaikat*. Surabaya: Padma Press.

Noer, Muhammad Mukhlas. 2014. *Setetes Lautan Kisah Sang Rasul*. Kediri: Lirboyo Press.

Pustek Akselerator dan Proses Bahan – BATAN. 2007. *Prosiding PPI – PDIPTN*. Yogyakarta:Batan.

Sudarmojo, Agus Haryo. 2013. *DNA Muhammad: Aktivasi Gen Positif dengan Shalawat*. Yogyakarta: Bunyan.

RANJANG POMIKA SEBAGAI SOLUSI ALTERNATIF PENANGGULANGAN MALNUTRISI SEKUNDER

Oleh :
Tika Kartika, Liya Nurin Nahdliyah, Siti Choiriyah

Urgensi Tidur

Setiap makhluk hidup pasti membutuhkan tidur. Tidur adalah nikmat dari Allah SWT yang tidak ternilai (Yahya, tanpa tahun). Sumber lain menyebutkan bahwa tidur merupakan suatu keadaan ketika tubuh dan pikiran beristirahat secara tenang dan proses perbaikan metabolisme (Anonim, 2015). Hal ini dijelaskan dalam Alquran surat An-Naba' ayat 9.

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ﴿٩﴾

Artinya: "*dan Kami menjadikan tidurmu untuk istirahat*".(Q.S. An-Naba': 9).

Dalam *Tafsir Al-Mishbah,* kata (سباتا) *subâtan* ada yang memahaminya terambil dari kata (سبت) *sabata* yang berarti memutus, dan yang diputusnya adalah kegiatan sehingga pada akhirnya ia mengandung makna istirahat. Ada juga yang memahaminya sejak semula dalam arti tenang yakni tenangnya beberapa potensi yang tadinya giat yaitu saat seseorang sedang sadar. Dari sini kata tersebut diartikan tidur (Shihab, 2002).

Tidur merupakan kebutuhan jasmaniyah manusia yang tata caranya telah diatur dalam Islam. Rasullullah SAW sebagai *uswatun*

hasanah telah mencontohkan tidur yang benar dan tepat, yaitu tidur dengan posisi miring ke kanan, seperti dijelaskan dalam hadis yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim:

Artinya: *"Apabila kamu hendak tidur maka berwudhulah (dengan sempurna) seperti kamu berwudhu untuk sholat, kemudian berbaringlah di atas sisi tubuhmu yang kanan"*.

Posisi tidur miring ke kanan dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan tubuh, yaitu terhadap pengangkutan makanan yang telah dicerna terserap secara optimal. Hal ini disebabkan oleh posisi usus halus dan usus besar yang berada di bawah. Kesalahan posisi tidur dapat menyebabkan lambatnya proses pengosongan lambung sehingga menghambat penyerapan sari makanan dalam usus halus. Gangguan penyerapan makanan dapat mengakibatkan malnutrisi sekunder, yaitu gangguan peningkatan berat badan yang disebabkan oleh gangguan sistem dalam tubuh yang mengakibatkan gagal tumbuh pada pertumbuhan anak (Adisasmito, 2008).

Selain itu, Judarwanto (2009) menjelaskan bahwa manlnutrisi sekunder adalah salah satu kasus gizi buruk yang sering menimpa kepada masyarakat menengah ke atas di perkotaan yang ditandai dengan adanya gangguan peningkatan berat badan atau gagal tumbuh (*failure to thrive)* karena adanya gangguan pada sistem tubuh anak. Dalam penanganannya berdasarkan medis, gangguan gizi yang disebabkan oleh malnutrisi sekunder lebih rumit dan kompleks. Adisasmito (2008) menambahkan bahwa kasus ini jika tidak ditangani dengan baik akan menyebabkan terjadinya keadaan gizi buruk.

Anak-anak merupakan generasi penerus yang dalam masa pertumbuhannya memerlukan asupan nutrisi yang cukup. Dalam pemenuhan nutrisinya, perlu dperhatikan hal-hal yang dapat mendukung terserapnya asupan gizi yang diberikan sehingga usaha yang dilakukan untuk melancarkan pertumbuhan anak tidak sia-

sia. Oleh karena itu, berdasarkan Q.S. An-Naba' ayat 9 penulis terinspirasi untuk menciptakan gagasan *Ranjang Pomika* (posisi miring kanan), yaitu ranjang dengan desain posisi tidur miring ke kanan sebagai solusi untuk mengatasi masalah gizi yang disebabkan oleh malnutrisi sekunder. Kerangka ranjang ini terdiri atas dua bagian, salah satu bagian kerangka tersebut dapat terangkat setelah pengguna menekan tombol yang terdapat pada sisi ranjang sehingga anak dapat tidur dengan posisi miring ke kanan dengan mudah.

Tafsir Q.S. An-Naba' Ayat 9

Tafsir Q.S. An-Naba ayat 9 menurut Ibnu Katsir *"Dan Kami jadikan tidurmu untuk istirahat"* yakni menghentikan gerakan agar dapat beristirahat setelah melakukan perjalanan dan berusaha dalam menghadapi kegiatan di siang hari (Abdullah, 2013).

Penjelasan tentang tidur juga dijelaskan dalam Q.S. Al-Furqon: 47.

Artinya: *"Dia-lah yang menjadikan untukmu malam sebagai pakaian, Dan tidur untuk istirahat…"*

Maksud ayat ini yaitu berhenti beraktivitas untuk mengistirahatkan badan karena anggota badan akan lelah disebabkan banyak aktifitas saat bertebaran di siang hari untuk mencari penghidupan. Jika tiba waktu malam dan ia tinggal, maka berhentilah berbagai aktivitas tersebut dan beristirahat, lalu tercapailah tidur yang merupakan pengistirahatan badan dan ruh bersama-sama (Abdullah, 2013).

Menurut *Tafsir al-Muntakhab* (dalam Shihab, 2002) pada waktu tidur, tubuh merasa tenang dan rileks setelah otot atau saraf atau dua-duanya letih bekerja. Semua kegiatan tubuh menurun di waktu tidur, kecuali proses metabolisme. Dalam *Kamus Bahasa Indonesia*, metabolisme adalah proses yang menjadikan sel-sel dan alat-alat tubuh mengubah (bahan-bahan) makanan menjadi zat-zat yg sangat penting bagi tubuh. Hal tersebut yang menyebabkan tidur sebagai waktu istirahat yang paling baik bagi manusia.

Tanpa disadari tidur memiliki banyak manfaat. Dijelaskan dalam *Tafsir Al-Misbah* kata جعل *ja'ala* digunakan Alquran antara lain untuk menekankan betapa besar manfaat dari apa yang dijadikan Allah itu dan yang hendaknya manusia dapat menyadari dan memanfaatkannya sebaik mungkin. (Shihab, 2002). Ayat ini turun untuk menampik dalih-dalih para pengingkar hari kebangkitan yang tidak mengakui kuasa Allah.

Tidur Posisi Miring

Dalam *Kamus Bahasa Indonesia*, tidur sebagai kata benda adalah keadaan berhenti (mengaso) badan dan kesadarannya (biasanya dengan memejamkan mata); sedangkan sebagai kata kerja, tidur berarti mengistirahatkan badan dan kesadarannya. Hal ini sesuai dengan pengertian tidur dalam bahasa Arab yaitu mengistirahatkan atau istirahat. Masrukhin (2014) menjelaskan bahwa tidur merupakan kebutuhan primer manusia dan makhluk lainnya, serta sebagai fitrah jasmaniyah sehingga bisa dibedakan antara Allah dan makhlukNya. Menurut Japardi (2002) tidur merupakan salah satu cara untuk mendapatkan tenaga akibat kelelahan jasmani. Dari pengertian-pengertian tentang tidur tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidur berfungsi untuk mengistirahatkan badan dan pemenuhan kebutuhan primer sebagai makhluk Allah, serta manfaatnya sebagai upaya pemerolehan energi tubuh atau badan seseorang.

Tata cara tentang tidur yang benar telah dicontohkan Rasul dalam hadis yang diriwayatkan oleh Bukhori dan Muslim.

إِذَا أَتَيْتَ مَضْعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلاَةِ، ثُمَّ ضْطَجِعْ عَلَي سِّقِّكَ الاَيْمَنِ

Artinya: *"Jika kamu mendatangi tempat tidurmu maka wudhulah seperti wudhu untuk shalat, lalu berbaringlah pada sisi kanan badanmu"* (HR.Bukhari no.247 dan Muslim no. 2710).

Hadis tersebut menjelaskan bahwa tidur dengan posisi miring ke kanan memiliki banyak manfaat sebagaimana disebutkan oleh Ibnul Qayyim, tidur berbaring pada sisi kanan dianjurkan dalam Islam agar seseorang tidak kesusahan untuk bangun shalat malam. Tidur pada sisi kanan lebih bermanfaat pada jantung. Sedangkan tidur pada sisi kiri berguna bagi badan (namun membuat seseorang semakin malas). Tidur dengan posisi miring ke kanan memiliki manfaat bagi kesehatan tubuh. At-Thahirah (2010) menjelaskan bahwa salah satu manfaat tidur dengan posisi miring ke kanan adalah bagi kesehatan pencernaan seperti mengistirahatkan lambung, meningkatkan pengosongan kandung empedu dan pankreas, meningkatkan waktu penyerapan zat gizi, dan merangsang buang air besar.

Malnutrisi Sekunder

Malnutrisi sekunder merupakan salah satu gangguan gizi. Dalam kamus Bahasa Indonesia, malnutrisi adalah penyakit yg disebabkan oleh kekurangan zat makanan atau gizi. Melansir dari *Virtual Medical Centre* Australia, malnutrisi adalah suatu kondisi yang mana seorang individu memiliki energi yang tidak cukup untuk mempertahankan fungsi utama tubuh, termasuk pertumbuhan, pertahanan dan pergerakan tubuhnya. Malnutrisi diklasifikasikan menjadi malnutrisi primer dan malnutrisi sekunder.

Malnutrisi primer merupakan keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh asupan protein dan energi yang tidak cukup disebabkan karena makanan yang dikonsumsi tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh. Jenis malnutrisi ini biasanya terjadi pada penduduk dengan ekonomi menengah ke bawah. Sedangkan malnutrisi sekunder adalah keadaan kurang gizi yang disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan gizi yang tidak diimbangi oleh absorpsi atau penyerapan gizi dalam tubuh. Malnutrisi ini menyebabkan kenaikan berat badan yang disebabkan oleh gangguan sistem tubuh sehingga menimbulkan gagal tumbuh pada pertumbuhan anak.

Adisasmito (2008) menjelaskan bahwa malnutrisi sekunder adalah gangguan peningkatan berat badan yang disebabkan oleh gangguan sistem dalam tubuh yang mengakibatkan gagal tumbuh pada pertumbuhan anak. Dari pengertian tersebut penulis menyimpulkan bahwa jika malnutrisi ini terjadi pada anak maka akan mengakibatkan berhentinya pertumbuhan tinggi badan anak, padahal pertumbuhan tinggi badan hanya terjadi pada masa anak sampai remaja. Memiliki tinggi badan yang ideal akan membuat anak mudah dalam melakukan aktifitasnya. Sebaliknya, jika pertumbuhan tinggi badan anak terhambat akan membuat anak kesulitan dalam melakukan aktifitas tertentu.

Hal ini seperti yang dijelaskan oleh Dewi, dkk (2012) sebagai berikut.

Malnutrisi sekunder bisa disebabkan karena adanya penyakit utama, seperti kelainan bawaan, infeksi kronis ataupun kelainan pencernaan dan metabolik, yang mengakibatkan kebutuhan nutrisi meningkat, penyerapan nutrisi yang turun dan meningkatnya kehilangan nutrisi. Makanan yang tidak adekuat, akan menyebabkan mobilisasi berbagai cadangan makanan untuk menghasilkan kalori demi penyelamatan hidup, dimulai dengan pembakaran cadangan karbohidrat kemudian cadangan lemak serta protein dengan melalui proses katabolik. Kalau terjadi stres katabolik (infeksi) maka kebutuhan akan protein akan meningkat, sehingga dapat menyebabkan defisiensi protein yang relatif, kalau kondisi ini terjadi pada saat status gizi masih diatas -3 SD (-2SD–3SD), maka terjadilah kwashiorkor.

Gagal tumbuh bukan hanya terjadi di negara berkembang, tetapi pada negara maju yang memiliki penduduk yang berpenghasilan ekonomi ke atas, gagal tumbuh dapat terjadi. Berdasarkan data penelitian, gagal tumbuh pada negara maju rata-rata terjadi 1-5%. Jadi bila ada 1 juta penduduk maka ada sekitar 10.000-50.000 anak yang mengalami masalah gizi yang bukan disebabkan oleh faktor ekonomi, melainkan masalah dalam absopsi nutrisi makanan yang dicerna dalam tubuh (Adisasmito, 2008).

Dewi, dkk (2009) mengatakan bahwa kekurangan dalam penyerapan zat gizi dapat menimbulkan beberapa penyakit sebagai berikut.

Tabel 1 Akibat Kekurangan Zat Gizi

No	Zat Makanan	Fungsi	Akibat
1	Karbohidrat	a. sumber energ b. bahan pembentuk senyawa organik c. pembentuk struktur sel, jaringan, dan organ tubuh	- Malnutrisi - Kurus - Lemah - Gangguan metabolisme otak - Busung lapar
2	Protein	a. penghasil energi b. mengganti sel-sel tubuh yang rusak c. pengatur keseimbangan cairan dalam jaringan d. bahan baku pembuatan enzim, hormon, antibodi,dan hemoglobin	- KEP - Marasmus - kwasiorkor
3	Lemak	a. penghasil energi b. pelarut vitamin A, D, E, dan K c. komponen membran sel dan garam empedu d. bantalan lemak untuk melindungi tubuh dari suhu lingkungan yang rendah	- Busung lapar - Kurang tenaga - Gangguan Tumbuh Kembang
4	Vitamin	a. berperan dalam pertumbuhan dan pembentukan sel b. mempertahankan fungsi jaringan supaya normal c. berperan sebagai koenzim (pengaktif enzim) **Vitamin A**, mencegah penyakit rabun senja dan meningkatkan daya tahan tubuh **Vitamin B** mencegah penyakit beri-beri, membantu proses oksidasi tubuh, membantu mencerna protein, dan pembentukan sel darah merah. **Vitamin C** menjaga ketahanan tubuh, menurunkan kadar kolesterol dalam	- Meningkatkan resiko anak terhadap penyakit infeksi seperti saluran pernafasan dan diare - Mengakibatkan resiko anak terhadap penyakit infeksi seperti saluran pernapasan dan diare

No	Zat Makanan	Fungsi	Akibat
		tubuh, mencegah penyakit jantung, hipertensi, diabetes melitus, dan kanker. **Vitamin D** mencegah penyakit rakitis. **Vitamin E** berperan penting dalam sistem reproduksi danmencegah kanker paru-paru. **Vitamin K** berperan dalam pembekuan darah dan dapat mencegah keguguran.	-
5	Mineral	a. sebagai zat pembangun, karena dapat mempengaruhi pembentukan rangka dan semua jaringan lemak b. sebagai zat pengatur, karena dapat mempengaruhi kerja jantung, pembekuan darah, memelihara tekanan darah, respons saraf, dan transportasi oksigen ke seluruh tubuh	- Pertumbuhan terhambat
6	Air	pelarut zat-zat yang ada di dalam tubuh	- Dehidrasi

Ranjang Pomika sebagai Solusi Alternatif Penanggulangan Malnutrisi Sekunder

Ranjang Pomika dirancang untuk membantu pencapaian optimal dari manfaat tidur. Manusia sebagai khalifah di muka bumi, memiliki keterbatasan dalam memberdayakan kekuatan tubuhnya sehingga memerlukan energi untuk menopang kehidupan tubuhnya. Energi tersebut tidak cukup hanya berasal dari makanan, tetapi memerlukan sumber lain salah satunya adalah tidur (Masrukhin (2014) dan Japardi (2002)), seperti disebutkan dalam Q.S. an-Naba':9.

Ranjang Pomika adalah ranjang yang ditujukan untuk memudahkan anak tidur dengan posisi miring ke kanan. Istilah *Pomika* merupakan akronim dari posisi miring kanan. Tidur posisi miring ke kanan adalah anjuran Rasulullah seperti diriwayatkan dalam

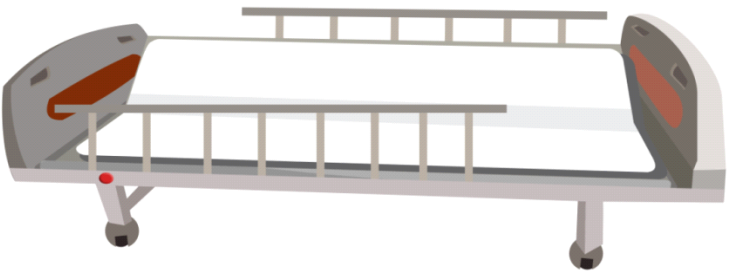
hadis al-Bukhari yang telah dipaparkan sebelumnya. Rasulullah sebagai *uswatun hasanah* selalu memberikan anjuran yang memiliki alasan yang jelas untuk kebaikan, termasuk anjuran tidur dengan posisi miring ke kanan. Tidur dengan posisi miring ke kanan membantu mencapai manfaat tidur secara optimal. Pengetahuan mengenai posisi tidur yang benar harus diajarkan sejak dini, mengingat banyaknya manfaat tidur dengan posisi miring ke kanan bagi kesehatan tubuh manusia.

Salah satu manfaatnya adalah membantu mempercepat penyerapan makanan yang ada dalam sistem pencernaan selama tubuh dalam keadaan tidur (Masjid al-Amanah, 2012). Hal ini disebabkan pergerakan usus yang meningkat pada saat tidur. Nutrisi yang ada dalam makanan yang telah dimakan dapat diserap dengan maksimal oleh tubuh sebab penyerapan makanan yang terlalu lama dapat membuat nutrisi dalam makanan berkurang. Posisi miring ke kanan akan membuat lambung mencerna lebih cepat dari pada posisi tidur yang lain sehingga dapat membuat lambung beristirahat lebih cepat akibat pengosongan makanan dalam lambung, selain itu juga dapat meningkatkan pengosongan kandung empedu dan pankreas serta meningkatkan waktu penyerapan gizi dan merangsang buang air besar.

Ranjang Pomika yang dirancang oleh penulis dianggap sebagai solusi alternatif penangulangan malnutrisi, karena alat ini merupakan terobosan baru dalam bidang kesehatan yang digunakan untuk mengatasi masalah gangguan gizi, dengan ranjang yang mendukung tidur dengan posisi miring ke kanan. Ranjang ini akan digunakan sebagai bagian dari metode penanggulangan penyakit malnutrisi bagi anak-anak di dalam rumah sakit maupun tempat praktik kesehatan lainnya. Selain itu, ranjang ini juga bisa digunakan secara mandiri oleh pengguna di rumahnya sendiri karena alat ini mudah digunakan.

Penerapan Ranjang *Pomika* sebagai Solusi Alternatif Penanggulangan Malnutrisi Sekunder

Ranjang pomika adalah ranjang yang didesain secara khusus untuk membantu anak agar membuatnya tetap dalam posisi tidur miring ke kanan. Alat ini memiliki tingkat kemiringan yang bisa diatur sesuai kenyamanan penggunanya. Pengaturan kemiringan diatur oleh pengguna melalui tombol yang berada dibagian ranjang. Rancangan *Ranjang Pomika* dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 1 Desain Ranjang Pomika Tampak Melintang

Gambar 2 Desain Ranjang Pomika Tampak Membujur

Kerangka *Ranjang Pomika* dibuat menggunakan bahan *stainless stell* agar tahan lama dan kuat terhadap beban yang ditampungnya. Pada ranjang ini, terdapat dua bagian kasur yang menempel pada ranjang yaitu bagian kanan dan kiri, sehingga pada bagian tengah kasur tampak membelah. Hal ini dibuat demikian agar kasur

mengikuti posisi ranjang. Kasur yang digunakan pada *Ranjang Pomika* ini berbahan busa karena bahan ini tidak keras bila digunakan, serta dapat mengikuti berat badan dan bertahan dengan posisi yang sama selama anak berada di atasnya. Jika bahan kasur yang digunakan tidak sesuai akan menimbulkan ketidaknyamanan bagi anak. Selain itu kasur dibungkus dengan katun untuk menghindari rasa panas saat anak berbaring karena katun berbahan tipis, sejuk, dan nyaman bila digunakan.

Ranjang Pomika ini didesain sedemikian rupa dan dilengkapi dengan tombol yang berada di sisi ranjang yang digunakan untuk mengatur pergerakan posisi naik turunnya ranjang bagian kiri. Penggunaan kasur ini cukup mudah, yaitu hanya dengan menekan tombol yang berada di sisi kanan ranjang. Tombol yang sebelumnya telah terhubung dengan besi yang berisi fluida akan memberikan tekanan pada fluida sehingga fluida dapat mengalir menuju sisi kiri ranjang dan mengangkat ranjang bagian kiri tersebut. Frekuensi penekanan tombol berpengaruh pada kemiringan ranjang, semakin lama tombol ditekan ranjang akan semakin terangkat. Meski demikian, kemiringan ranjang tidak akan melebihi maksimum kemiringan ranjang, yaitu 600. Kemiringan ranjang tidak boleh melebihi kemiringan maksimum supaya poisi tubuh tepat miring ke kanan dan tidak menyebabkan posisi tubuh tengkurap. Pada sisi kanan dan kiri ranjang dilengkapi penahan yang menempel pada ranjang untuk menghindari anak terjatuh ketika ranjang terangkat.

DAFTAR RUJUKAN

Abdullah. 1994. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 10.* Terjemahan M. Abdul Ghafar E.M. & Abu Ihsan al Atsari. 2013. Bogor: Pustaka Imam Asy-syafi'i

Adisasmito, Wiku. 2008. *Case Syudy:Pembuatan Kebijakan Kesehatan, Rancangan Undang-Undang RI tentang Pemberian Makanan Tambahan dan Pemeriksaan Kesehatan Berkala bagi Anak Usia 1 (Satu) sampai dengan 12 (Dua Belas) Tahun.* (Online). https://

staff.blog.ui.ac.id/wiku-a/files/2013/04/Studi-Kasus-ruu-ttg-pemberian-makanan-tambahan.pdf. diakses 13 Februari 2015.

Anonim. 2015. *15 Bahaya Begadang dan 5 Tips Mengurangi Resikonya.* (Online). http://www.ciputra-uceo.net/blog/2015/2/12/15-bahaya-begadang-dan-5-tips-mengurangi-resikonya, diakses 18 Maret 2015.

At-Thahirah, Khadyja. 2010. *Adab Tidur dalam Islam dan Manfaatnya.* (Online),

http://kucinta-allah.blogspot.com/2010/07/adab-tidur-dalam-islam-dan-manfaatnya.html, diakses 12 Maret 2015.

Dewi, Ayu B.F., dkk. 2013. *Ilmu Gizi untuk Praktisi Kesehatan.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

Japardi, Iskandar. 2002. *Gangguan Tidur.* Medan: Universitas Sumatra Utara. USU digital library, (Online), http://library.usu.ac.id/download/fk/bedah-iskandar%20japardi12.pdf, diakses 12 Maret 2015.

Judarwanto. 2009. *Kontroversi Gizi Buruk di Kota Metropolitan*. (Online). http://klinikbayi.com/2009/04/29/kontroversi-gizi-buruk-di-kota-metropolitan/, diakses 19 Maret 2015

Kamus Bahasa Indonesia. 2008. Jakarta. Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Indonesia.

Masrukhin. 2014. *Tidur Dalam Perspektif Hadist (sebuah kajian tentang implikasi pola tidur nabi terhadap kesehatan)*. (Online). http://id.scribd.com/doc/ 225386665/skripsi-Masrukhin-109034000052-pdf#scribd. diakses 12 Maret 2015.

Shihab, M.Q. 2002. Tafsir Al-Misbah. Jakarta: Lentera Hati.

Yahya, Harun. *Dua Puluh Empat Jam dalam Kehidupan Seorang Muslim.* (Online). http://ebooks-islam.fuwafuwa.info. diakses 18 Maret 2015.

SYU'AIB CONTROLLER (SC): PERANGKAT DIGITAL INOVATIF UNTUK PENGAWASAN KECURANGAN TAKARAN (*MIKYAL*) DAN TIMBANGAN (*MÎZÂN*) DI PASAR TRADISIONAL

Oleh :
Wahyu Rahmawati, M. Alifudin Ikhsan

Fenomena Kecurangan Takaran dan Timbangan di Indonesia

Jual beli merupakan persetujuan saling mengikat antara penjual dan pembeli (KBBI, 2002). Menurut Ayuningsari (2012), jual beli memegang peranan vital dalam kehidupan sosial dan ekonomi manusia. Kegiatan ini mempengaruhi semua tingkat kehidupan regional, nasional dan internasional (Zakiyah, dkk, 2013). Hal ini menyebabkan manusia tidak bisa terlepas dari kebutuhan akan jual beli, sebab secara pribadi manusia tidak mampu memenuhi kebutuhannya sendiri (Septyarani, 2009). Tempat yang paling banyak dikunjungi masyarakat Indonesia untuk melakukan proses jual beli ini adalah pasar tradisional (Nasution, 2012). Hal ini dikarenakan pasar tradisional merupakan penggerak ekonomi masyarakat Indonesia (Bromley, 2011).

Permasalahan serius yang terjadi di Indonesia berkaitan dengan jual beli adalah pengurangan takaran dan timbangan oleh penjual di pasar tradisional (Pechler, 2011). Menurut penelitian Wahyudi (2009), terjadi pengurangan timbangan di pasar Kabupaten Sleman dengan jumlah pengurangan 1/15 kg. Artinya, pada setiap timbangan yang berjumlah 15 kg ada pengurangan 1 kg. Selain itu, Wakil Menteri Perdagangan Bayu Krisnamurthi mengungkapkan setidaknya ada sekitar 29 juta neraca di seluruh pasar

tradisional di Indonesia yang harus ditera ulang. Hal itu disebabkan neraca yang tidak sesuai dengan ukuran sebenarnya (Tempo, 2014). Dalam jurnal Fokus Pengawasan (2008) menyatakan bahwa tindakan-tindakan seperti ini merupakan awal mula bibit tindakan korupsi yang sering diabaikan oleh masyarakat.

Senada dengan hal tersebut, Nabi Syu'aib AS menghadapi hal serupa dengan kaumnya, sebagaimana termaktub dalam Q.S. Hûud (11): 84-85 berikut:

وَإِلَىٰ مَدْيَنَ أَخَاهُمْ شُعَيْبًا ۚ قَالَ يَٰقَوْمِ ٱعْبُدُوا۟ ٱللَّهَ مَا لَكُم
مِّنْ إِلَٰهٍ غَيْرُهُۥ ۖ وَلَا تَنقُصُوا۟ ٱلْمِكْيَالَ وَٱلْمِيزَانَ ۚ إِنِّىٓ
أَرَىٰكُم بِخَيْرٍ وَإِنِّىٓ أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ مُّحِيطٍ ﴿٨٤﴾
وَيَٰقَوْمِ أَوْفُوا۟ ٱلْمِكْيَالَ وَٱلْمِيزَانَ بِٱلْقِسْطِ ۖ وَلَا تَبْخَسُوا۟
ٱلنَّاسَ أَشْيَآءَهُمْ وَلَا تَعْثَوْا۟ فِى ٱلْأَرْضِ مُفْسِدِينَ ﴿٨٥﴾

Artinya: *"Dan kepada (kaum) Madyan, (Kami utus saudara mereka), Syu'aib. Ia berkata, "Hai kaumku, sembahlah Allâh, sekali-kali tiada Tuhan bagimu selain Dia. Dan janganlah kamu kurangi takaran dan timbangan, sesungguhnya aku melihat kamu dalam keadaan baik (mampu) dan sesungguhnya aku khawatir terhadapmu akan azab hari yang membinasakan (Kiamat)". Dan Syu'aib berkata, "Hai kaumku, cukupkanlah takaran dan timbangan dengan adil, dan janganlah kamu merugikan manusia terhadap hak-hak mereka dan janganlah kamu membuat kejahatan di muka bumi dengan membuat kerusakan."*(Q.S. Huud: 84-85).

Dalam *Tafsir Ibn Katsir* (1999) dijelaskan bahwa Nabi Syu'aib AS meminta kaumnya (Madyan) untuk menyempurnakan takaran

dan timbangannya dengan jujur. Anjuran untuk menyempurnakan takaran dan timbangan dalam Islam dimaksudkan untuk menyenangkan kedua belah pihak. Hal ini dijelaskan dalam *Tafsir al-Misbah* yang menyebutkan kata *al-qisth* (القسط) yang biasa diartikan "adil", merupakan sinonim dari kata *al-'adl* (العدل). Makna *al-qisth* dalam konteks ini berkaitan dengan menyenangkan kedua belah pihak (Shihab, 2002). Dalam *Tafsir al-Azhar* (Hamka, 1988) menyebutkan bahwa untuk mengatasi hal ini manusia perlu tunduk terlebih dahulu kepada Allah SWT dan perlu adanya upaya nyata untuk mengurangi kasus ini.

Menyiasati fenomena ini, penulis merancang *Syu'aib Controller (SC)*, yakni sebuah detektor kecurangan yang dipasang pada timbangan mekanik. *Syu'aib Controller (SC)* dikembangkan berdasarkan pada kisah Nabi Syu'aib AS yang tertera pada Q.S. Hûd (11): 84-85. Tujuan dari perangkat ini sebagai upaya mengurangi kecurangan takaran dan timbangan. Kehadiran *Syu'aib Controller (SC)* diharapkan mampu menumbuhkan mental kejujuran penjual di pasar tradisional sehingga tercipta perdagangan yang adil, jujur dan tanpa korupsi.

Paparan Alquran perihal Kisah Nabi Syu'aib AS dan Kaum Madyan Sebagai Landasan Pengembangan Rancangan *Syu'aib Controller (SC)*

Syu'aib Controller (SC) merupakan pendeteksi kecurangan takaran dan timbangan sebagai bentuk implementasi kontrol masyarakat terhadap jual-beli yang dikembangkan berdasarkan kisah Nabi Syu'aib AS. Kisah Nabi Syu'aib AS ini termaktub pada Q.S. Hûd (11): 84-85. Ash-Shiddieqy (1966) menjelaskan bahwa Nabi Syu'aib AS diutus oleh Allah SWT untuk berdakwah pada kaum Madyan. Menurut Shihab (2002), Madyan berlokasi di pantai laut Merah sebelah tenggara Gurun Sinai, yakni antara Hijaz (tepatnya Tabuk di Saudi Arabia) dan Teluk Aqabah. Dalam al-*Bidayah waal-Nihayah* karya Ibn Katsir (1999) menyebutkan bahwa kawasan ini terletak di Ma'an Yordania.

Nabi Syu'aib AS menyatakan kepada kaum Madyan bahwa beliau melihat kaumnya dalam keadaan cukup kaya dan makmur secara ekonomi (Al-Maraghi, 1966). Dalam *Tafsir al-Misbah* (2002) disebutkan bahwa kata *al-khair* itu bermakna "baik". Makna tersebut dapat diperluas lagi sehingga tidak terbatas dalam hal rezeki yang bersifat materiil, tetapi juga non-materiil. Misalnya, intelektualitas dan wawasan pengetahuan yang seharusnya dapat mengantarkan mereka untuk mengabdi dan menaati aturan-aturan Allah SWT, termasuk di antaranya kejujuran dalam jual-beli. Kecurangan takaran dan timbangan juga disebutkan dalam Q.S. Al-Muthaffifin (83):1-3. Hal ini diperkuat pula pada Q.S. Nisa': 29 Allah berfirman:

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ لَا تَأۡكُلُوٓاْ أَمۡوَٰلَكُم بَيۡنَكُم بِٱلۡبَٰطِلِ إِلَّآ أَن تَكُونَ تِجَٰرَةً عَن تَرَاضٖ مِّنكُمۡۚ وَلَا تَقۡتُلُوٓاْ أَنفُسَكُمۡۚ إِنَّ ٱللَّهَ كَانَ بِكُمۡ رَحِيمٗا ٢٩

Artinya: *"Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kalian memakan harta-harta kalian di antara kalian dengan cara yang batil, kecuali dengan perdagangan yang kalian saling ridha. Dan janganlah kalian membunuh diri-diri kalian, sesungguhnya Allah itu Maha Kasih Sayang kepada kalian."*

Selain itu, dalam *Tafsir Ibn Katsir* (1999) dijelaskan bahwa Nabi Syu'aib AS meminta kaum Madyan untuk menepati takaran dan timbangannya dengan jujur, baik saat menerima maupun memberi. Sebab, dalam sebuah hadist diriwayatkan:

عَنْ جَابِرٍ قَالَ: نَهَى رَسُوْلُ اللهِ صلى الله عليه وسلم عَنْ بَيْعِ الطَّعَامِ حَتَّى يَجْرِيَ فِيْهِ الصَّاعَانِ صَاعُ الْبَائِعِ وَصَاعُ الْمُشْتَرِي (رواه ابن ماجه والدارقطني)

Artinya: *Jabir meriwayatkan bahwa Rasulullah SAW bersabda, "Rasulullah SAW melarang jual beli makanan sebelum ditakar dengan dua takaran (*sha'*), yaitu takaran penjual dan pembeli" (H.R. Ibn Majah dan Daruquthni).*

Dalam kajian Fikih disebutkan, syarat kelima dari barang yang dibeli adalah pengetahuan penjual dan pembeli perihal zat, bentuk, kadar (ukuran) dan sifat-sifatnya secara jelas sehingga kedua belah pihak tidak ada yang merasa tertipu (Rasjid, 2002). Syarat ini bertujuan untuk menghindari tipu daya (*gharar*). Syeikh Zakaria Al-Anshari dalam kitab *Fath Al-Wahhab* menyebutkan:

خَامِسُهَا عِلْمٌ لِلْعَاقِدَيْنِ بِهِ عَيْنًا وَقَدْرًا وَصِفَةً حَذَرًا مِنَ الْغَرَرِ

Artinya: *"Syarat yang kelima adalah pengetahuan kedua pelaku aqad terhadap barang dagangan baik materi, ukuran, maupun sifatnya, karena khawatir terjadinya gharar."*

Dengan demikian, ada penekanan khusus terhadap kadar atau kepastian berat barang sebagai upaya preventif terhadap terdapatnya unsur *gharar* dalam jual-beli. Hal ini dimaksudkan untuk menjaga kedua belah pihak dari kezaliman, karena kata *al-qisth* (القسط) dalam Q.S. Hûd (11):84-85 itu berarti "adil", yang merupakan sinonim dari kata *al-'adl* (العدل). Maka, kata *al-qisth* (القسط) dalam konteks ini adalah keadilan yang tidak hanya menjaga satu pihak dari kerugian, namun timbangan dan takaran juga menjaga kedua belah pihak dari kezaliman. *Qawaid al-Fiqhiyyah* dalam Sunan Ibn Majah (1983) menyebutkan,

لا ضَرَرَ وَلاَ ضِرَارَ (رواه ابن ماجه)

Artinya: *Tidak boleh merugikan orang lain tetapi tidak boleh pula merugikan diri sendiri* (H.R. Ibn Majah).

Penanganan Kasus Kecurangan Takaran dan Timbangan: Korelasi Sosio-Ekonomi Kaum Madyan dan Masyarakat Indonesia

Fenomena mencurangi takaran dan timbangan di Indonesia saat ini sangat memprihatinkan dimana tidak kurang dari sekitar 29 juta neraca di seluruh pasar tradisional di Indonesia harus ditera ulang. Salah satu kebiasaan yang menonjol dan paling sering dilakukan oleh penjual di Indonesia adalah tidak memberikan kesempatan kepada pembeli untuk mengecek kebenaran takaran dan timbangannya (Zakiyah, 2013). Padahal dengan memberikan kesempatan pembeli mengecek takaran dan timbangan, hal itu menunjukkan bahwa penjual menerapkan karakter kejujuran dalam jual-beli. Hal ini berbanding lurus dengan kebiasaan kaum Madyan seperti yang ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 1 Korelasi Sosio-Ekonomi Kaum Madyan dan Masyarakat Indonesia

Tinjauan		Uraian Perbandingan	
		Kaum Madyan	**Masyarakat Indonesia**
Ekonomi	**Perdagangan**	Ma'an menjadi daerah yang hiruk pikuk dengan kegiatan perdagangan hingga era Nabi Muhammad SAW (Mashun, 2012)	Jumlah pasar tradisional mencapai 1,7 juta atau sekitar 73% dari pasar yang ada di Indonesia (Masitoh, 2012)
	Tingkat Kemakmuran	Tergolong masyarakat yang sejahtera secara ekonomi ditandai dengan pesatnya aktivitas perdagangan (Hilali, 2009)	Kondisi perekonomian Indonesia relatif sejahtera, ditandai dengan meningkatnya Produk Domestik Bruto (PDB) perkapita 2014 sebesar 41,81 juta (meningkat 1,09% dari tahun 2013) (BPS, 2015)

Tinjauan		Uraian Perbandingan	
		Kaum Madyan	**Masyarakat Indonesia**
Sosial	**Intelektualitas**	Memiliki tingkat intelektualitas dan wawasan pengetahuan yang baik (Shihab, 2002)	Meningkatnya Angka Partisipasi Murni (APM) Pendidikan Dasar dalam mewujudkan pembangunan nasional (Kemendikbud, 2014).
	Perilaku	Cenderung curang dalam menakar dan menimbang saat berdagang (Al-Maraghi, 1996)	Relatif identik dengan kaum Madyan, ditandai dengan hanya 120 pasar yang menyandang status tertib ukur dari 10 ribu pasar (Tempo, 20/5/2014)

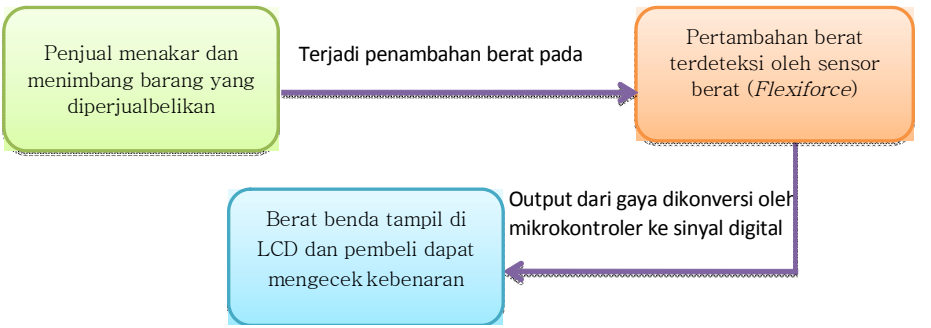
Kecurangan dalam menakar dan menimbang di Indonesia saat ini sangat memprihatinkan, tidak hanya minimnya pasar yang menyandang status tertib ukur namun tidak kurang dari 29 juta timbangan di seluruh pasar tradisional di Indonesia yang harus ditera ulang (Tempo, 20/5/2014). Untuk megurangi fenomena dalam kecurangan menakar dan menimbang seperti hal diatas penulis menggagas *Syu'aib Controller (SC)*. Dalam kajian Q.S. Huûd (11): 84-85, disebutkan beberapa kriteria yang ideal yakni

Tabel 2 Karakteristik *Syu'aib Controller (SC)*

Aspek	Deskripsi	Target Sasaran
Keadilan	Takaran dan timbangan harus adil, sebagai implementasi dari kata *al-qisth* (القسط) yang merupakan sinonim dari kata *al-'adl* (العدل)	Kedua belah pihak (penjual dan pembeli) tidak terzalimi
Ketelitian	Takaran dan timbangan memiliki tingkat akurasi dan presisi yang tinggi	Masing-masing pihak (penjual dan pembeli) tidak ada yang dirugikan

Aspek	Deskripsi	Target Sasaran
Kepuasan	Takaran dan timbangan dari obyek yang ditransaksikan diketahui oleh para pihak sebagai implementasi dari ketentuan hadis, yakni dua *sha'* (الصَّاعَان)	Para pihak mendapatkan kepuasan dalam bertransaksi karena terhindar dari penipuan (*gharar*)

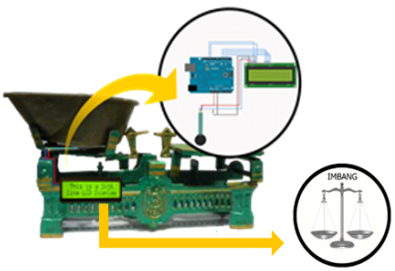
Berdasarkan kriteria tersebut, penulis merancang sebuah konsep instrumen pendeteksi kecurangan yang dirancang sebagai sarana pengawasan masyarakat dalam upaya menyempurnakan takaran dan timbangan. Untuk memberikan gambaran umum jalannya program pada *Syu'aib Controller (SC)*, maka dibuat diagram alir yang menunjukan jalannya program sebagai berikut:



Gambar 1
Diagram Alir *Syu'aib Controller (SC)*

Perancangan sistem ini meliputi perancangan perangkat keras *(hardware)* dan perangkat lunak *(software)*. Perancangan perangkat keras meliputi perancangan rangkaian minimum sistem mikrokontroller, sensor gaya, LCD, dan memori. Perancangan perangkat lunak meliputi perancangan program pada mikrokontroller ATMega8535 menggunakan bahasa Bascom dengan compailer Bascom AVR. Perancangan perangkat lunak ini berfungsi untuk mengatur kinerja keseluruhan dari sistem yang terdiri dari beberapa perangkat keras sehingga sistem ini dapat bekerja dengan baik.

Ketika berat benda ditampilkan pada layar LCD maka pembeli dapat mengetahui berat benda yang sesungguhnya. Dengan pembeli mengetahui berat benda yang sebenarnya, pembeli dapat mengecek sekaligus mengawasi kebenaran takaran dan timbangan yang digunakan di pasar tradisional.



Gambar 2
Syu'aib Controller (SC)

Hal tersebut merupakan perancangan sistem berbasis digital yang dikombinasikan pada timbangan mekanik. Selain mengupayakan pengurangan kecurangan takaran dan timbangan dari sisi teknologi, perlu adanya upaya lain yang dilakukan untuk meningkatkan kejujuran para pedagang di Indonesia. Salah satu cara yang ditawarkan adalah pemberian label imbang yang sudah tertera pada *Syu'aib Controller (SC)*. Pelabelan ini akan membuat pembeli dapat menentukan pilihannya sebelum melakukan transaksi jual-beli. Sebelumnya sudah diterapkan pelabelan produk pangan dengan label halal namun label ini hanya melindungi pembeli dari segi kualitas produk saja tanpa melihat proses jual beli yang terjadi (Indrawati, 2011). Hal ini diperlukan sebagai upaya untuk melindungi konsumen tidak hanya dari sisi kualitas produk namun proses yang terjadi didalam transaksi jual beli pula.

Ketidakefektifan Kebijakan Kalibrasi Neraca Perdagangan oleh Direktorat Metrologi

Solusi yang pernah ditawarkan sebelumnya adalah solusi yang berfokus pada penyelesaian kuratif, yakni penyelesaian setelah terjadi permasalahan. Penyelesaian dari permasalahan ini adalah

dengan adanya kebijakan tera ulang yang dilakukan oleh Direktorat Metrologi (yang dibawahi oleh Direktorat Jenderal Standardisasi dan Perlindungan Konsumen Kementerian Perdagangan RI) bekerjasama dengan Dinas Pasar tradisional untuk mengalibrasi neraca yang tidak sesuai standar. Kalibrasi adalah proses verifikasi bahwa suatu akurasi alat ukur massa sesuai dengan rancangannya (Pechler, 2011). Kebijakan ini diatur dalam Undang-undang Nomor 2 Tahun 1981 tentang Metrologi bahwa alat ukur massa apapun harus dikalibrasi setahun sekali.

Kebijakan pengalibrasian setahun sekali ini, akan memberikan waktu kepada penjual untuk melakukan kecurangan takaran dan timbangan dengan lebih leluasa (Zakiyah, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa upaya kuratif yang dilakukan oleh pemerintah dirasa kurang maksimal. Pemerintah bukan hanya harus mengkalibrasi timbangan yang tidak standar, namun perlu adanya upaya preventif agar penjual tidak bisa mencurangi takaran dan timbangannya. Oleh sebab itu, diperlukan solusi yang lebih efektif untuk mengurangi kasus kecurangan takaran dan timbangan di Indonesia.

Syu'aib Controller (SC), Detektor Digital Inovatif Anti Korupsi

Melihat fakta di masyarakat yang menyebutkan bahwa korupsi dalam bentuk kecurangan takaran dan timbangan ini memiliki angka kasus yang cukup besar. Ini membuktikan bahwa penyelesaian masalah yang dilakukan selama ini dirasakan belum efektif. Hal itu diperkuat oleh laporan Kompas (2014) yang menyebutkan bahwa hanya 120 pasar tradisional saja yang tercatat tertib ukur dari 200 ribu pasar tradisional di Indonesia. Berdasarkan fenomena di atas, diperlukan langkah-langkah yang lebih efektif untuk menyiasati kasus yang ada.

Upaya yang ditawarkan oleh penulis adalah pembuatan *Syu'aib Controller (SC)* yang merupakan implementasi inovatif dari karakteristik *Syu'aib Controller* berdasarkan kisah Nabi Syu'aib AS. *Syu'aib Controller (SC)* ini dirancang dengan melihat kondisi sosio-ekonomi masyarakat Indonesia yang juga cenderung gemar

mencurangi takaran dan timbangan. Penulis meyakini, gagasan *Syu'aib Controller (SC)* ini nantinya akan berdampak positif untuk mengurangi angka kecurangan takaran dan timbangan oleh penjual di Indonesia.

Pihak-pihak yang dipertimbangkan dapat menjadi pendukung terwujudnya gagasan iniadalah:

1. Kementerian Perdagangan
   Kementerian Perdagangan melalui Direktorat Metrologi perlu memantau penggunaan neraca oleh penjual di pasar tradisional dan memonitoring proses produksi *Syu'aib Controller (SC)* oleh teknisi. Di samping itu, peran utama dari Direktorat Metrologi bekerjasama dengan Dinas Pasar adalah mengalibrasi (menera ulang) neraca yang batas tera ulangnya sudah berada di ambang kadaluwarsa. Selain itu, Direktorat Metrologi dapat menggunakan *Syu'aib Controller (SC)* untuk mengecek timbangan di pasar tradisional.
2. Teknisi
   Teknisi dalam hal ini memiliki peran sebagai pihak yang merancang *Syu'aib Controller (SC)* dengan karakteristik *Syu'aib Controller (SC)* yang diidealkan oleh Alquran melalui kisah Nabi Syu'aib AS.
3. Dinas Pasar
   Dinas Pasar berperan dalam memantau penggunaan *Syu'aib Controller (SC)* di pasar tradisional oleh penjual. Selain itu, Dinas Pasar bekerjasama dengan Direktorat Metrologi perlu mengalibrasi (menera ulang) timbangan yang batas tera ulangnya berada di ambang kadaluwarsa.
4. Masyarakat
   Masyarakat berperan sebagai pengguna yakni penjual dan pembeli. Penjual bersedia mengggunakan *Syu'aib Controller (SC)* sebagai implementasi kejujuran dalam berdagang sehingga pembeli dapat melakukan pengawasan.

Rencana Operasional *Syu'aib Controller (SC)*

Kementerian Perdagangan memberikan fasilitas pada teknisi untuk merancang, memproduksi dan menyempurnakan *Syu'aib Controller (SC)* dibawah standarisasi dan supervisi produk oleh Direktorat Metrologi. Dalam hal ini, Kementerian Perdagangan perlu merekomendasi dan melegalisasi *Syu'aib Controller (SC)* sehingga bisa digunakan dalam ranah luas di masyarakat. Setelah itu, *Syu'aib Controller (SC)* perlu didiseminasikan dan disosialisasikan pada pihak-pihak terkait, khususnya Dinas Pasar untuk diterapkan di pasar tradisional maupun non tradisional. Dinas Pasar sebagai pihak yang terjun langsung dalam penerapan *Syu'aib Controller (SC)*, perlu memantau pemanfaatannya di pasar dan melaporkan hasil evaluasinya pada Direktorat Metrologi. Evaluasi ini akan menjadi masukan bagi Direktorat Jenderal Standardisasi dan Perlindungan Konsumen Kementerian Perdagangan untuk menentukan langkah-langkah kebijakan lanjutan.

***Syu'aib Controller (SC)*, Deteksi Curang Digital Inovatif untuk Mengurangi Indeks Kecurangan dalam Dunia Perdagangan Nasional**

Syu'aib Controller (SC) merupakan alat ukur massa digital anti kecurangan dengan *output* suara yang dirancang sesuai dengan karakteristik takaran (*mikyâl*) dan timbangan (*mizân*) berdasarkan paparan kisah Nabi Syu'aib AS dengan kaumnya (Madyan) dalam Q.S. Hûd: 84—85. Kebiasaan kaum Nabi Syu'aib yang gemar melakukan tindak kecurangan saat transaksi jual beli itu juga sering dipraktikkan oleh pedagang-pedagang di pasar tradisional dan non tradisional di Tanah Air.

Syu'aib Controller (SC) ini hadir sebagai ikhtiar kreatif untuk merevolusi mental kejujuran bangsa melalui dunia perdagangan. Caranya, penulis menggagas label imbangyang bertujuan untuk mengapresiasi para pedagang yang konsisten dan jujur dalam proses jual beli, sekaligus sebagai sarana untuk merangsang pedagang lain untuk bertindak jujur dalam proses jual belinya.

Prosedur Penerapan *Syu'aib Controller (SC)*

Implementasi gagasan ini dapat dilakukan dengan tahapan berikut: (1) penulis menyusun konsep dan merancang prototipe *Syu'aib Controller (SC)* dengan memperhatikan secara seksama karakter dan kriterianya sebagaimana diisyaratkan oleh Q.S. Hûd: 84—85, (2) selanjutnya penulis menggandeng dunia industri untuk mengimplementasikan prototipe tersebut menjadi produk terapan yang siap pakai, (3) berikutnya, penulis bersama produsen mengajukan produk kepada Kementerian Perdagangan guna keperluan standarisasi dan supervisi (yang dalam hal ini dilakukan oleh Direktorat Metrologi), (4) kemudian, *Syu'aib Controller (SC)* didiseminasikan dan disosialisasikan kepada pengguna (pedagang) baik di pasar tradisional maupun non tradisional, (5) secara periodik Direktorat Jendral Standardisasi dan Perlindungan Konsumen melakukan evaluasi guna penyempurnaan *Syu'aib Controller (SC)* di masa-masa yang akan datang.

Hipotesa Aplikasi *Syu'aib Controller (SC)* di Masyarakat

Penggunaan konsep *Syu'aib Controller (SC)*, jika diaplikasikan dalam kehidupan akan memberikan manfaat yang besar terutama dalam bidang jual beli di pasar tradisional. Prediksi atau hasil yang akan diperoleh dalam menggunakan konsep ini adalah pengurangan angka kasus kecurangan takaran dan timbangan di Indonesia serta meningkatnya kepecayaan pembeli terhadap takaran dan timbangan yang digunakan penjual di Indonesia khususnya di pasar tradisional.

DAFTAR PUSTAKA

Adbizar. 2008. Korupsi Berbaju Kebenaran, Keadilan dan Kemanusiaan: Reformasi Birokrasi. *Jurnal Pengawasan*: edisi 19 triwulan.

Al-Maraghi, A.M. *Tafsir Al-Maraghi (terjemah).* Semarang: Toha Putra.

Ash-Shiddieqy. M. H. 1966. *Tafsir An-Nur Djuz 12*. Jakarta: N.V Bulan-Bintang.

Ayuningsari. 2012. *Analisis Pendapatan Pedagang Sebelum dan Sesudah Program Revitalisasi Pasar di Kota Denpasar*. Bali: Unud

Az-Zabidi, I. 2001. *Ringkasan Hadis Shahih Al-Bukhari*. Jakarta: Pustaka Amani.

Bromley. 2011. *Eksistensi Pasar Tradisional Relasi dan Jaringan Pasar Tradisional*. Jakarta: Kementerian Budaya dan Pariwisata.

Depag RI. 1990. *Alquran dan Tafsirnya Jilid 4*. Yogyakarta: Dana Bhakti Wakaf.

Depag. 2012. *Al-Qur'an al Karim dan Terjemahnya*. Jakarta: Depag.

Hamka. 1988. *Tafsir Al-Azhar Juzu' 12*. Jakarta: PT Pustaka Panjimas.

Hilali, S. 2009. *Kisah Shahih Para Nabi*. Jakarta: Pustaka Imam Asy-Syafi'i.

Ibnu Katsir. 1999. *Bidayah Wa An-Nihayah*. Daru Thoybah li, via software Maktabah As-Syamilah

Ibnu Katsir. 1999. *Tafsir al-Qur'an al-'Adzim* Daru Thoybah li, via software. Maktabah As-Syamilah

Ibnu Majjah. Tanpa Tahun. *Sunan Ibnu Majjah juz I*. Beirut : Dar al-Fikr.

Indrawati, D. 2011. *Perlindungan Hukum Konsumen Dalam Pelabelan Produk Pangan*. Tesis tidak diterbitkan.

Kemendikbud. 2014. *Laporan Akuntabilitas Kinerja Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (LAKIP) Tahun 2013*. Jakarta: Kemendikbud.

Mashun, F. 2012. *Menguak Sisi Lain dari Kisah-Kisah Alquran dan Hadist*. Jakarta.

Masitoh, E. 2013. (online). Upaya Menjaga Eksistensi Pasar Tradisional: Studi Revitalisasi Pasar Piyungan Bantul. *Jurnal PMI Vol. X No.2*

Nasution, J. 2012. *Mekanisme Pasar Dalam Perspektif Ekonomi Islam*. Medan: IAIN Sumatera Utara.

Pechler, A. 2011. *Pelanggaran Hak-Hak Konsumen Oleh Pelaku Usaha Dalam Pengurangan Berat Bersih Timbangan Pada Produk Makanan Dalam Kemasan*. Skripsi tidak diterbitkan.

Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.

Rasjid, R. 2002. *Fiqh Islam*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.

Septyarani, I. 2009. *Pandangan Hukum Islam Terhadap Jual Beli Bahan Kaos Kiloan*. Skripsi tidak diterbitkan.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran Volume 6*. Jakarta: Lenteran Hati.

Wahyudi, A. 2009. *Praktek Jual Beli Salak Pondoh Desa Bangunkerto Kecamatan Turi Kabupaten Sleman dalam Prespektif Sosiologi Hukum Islam.* Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga.

Zakaria. Tanpa Tahun. *Fath al Wahhab juz I*. Beirut: Dar Al-Fikr.

Zakiyah, dkk. 2013. Pemahaman Nilai-Nilai Syari'ah Terhadap Perilaku Berdagang. *Jurnal Sociologie Vol. 1 No 4: 328-335*.

Al-Qur'an dan Pendidikan

RELAXATION-STORY BEFORE SLEEPING (R-SBS): PEMANFAATAN INSTRUMEN RELAKSASI *(AT-TARWIH)* BERBASIS KISAH TELADAN *(AL-AMTSAL)* SEBAGAI MEDIA INTERNALISASI NILAI-NILAI QUR'ANI PADA ANAK

Oleh :
Asri Diana Kamilin dan Nida Atu Dluhriah

Masa kanak-kanak dimulai setelah melewati masa bayi yang penuh dengan ketergantungan, yaitu sekitar usia 2 tahun, hingga masa dimana si anak telah mencapai kematangan seksual, yaitu sekitas usia 13 tahun untuk wanita dan 14 tahun untuk pria (Hurlock, 1997). Masa kanak-kanak menjadi waktu yang baik untuk menanamkan nilai-nilai positif karena pada masa ini, John Locke menyebut setiap anak seperti kertas putih yang bisa diisi. Sebagai umat Islam, nilai-nilai positif ini telah terangkum di dalam Alquran melalui kisah teladan (al-amtsal).

Sayangnya, jamak dari orang tua tidak memiliki waktu dan keterampilan memadai untuk bercerita. Suhartini (2012) menyebut, "*orang mulai agak malas jika dihadapkan dengan dongeng bagi anak mereka. Kebanyakan dari mereka lebih senang membiarkan anak mereka duduk manis di depan televisi daripada harus meminta dongeng pada orang tua.*". Padahal, ada banyak hal positif yang bisa diperoleh melalui bercerita sebagai sarana pendidikan pembentuk karakter individu.

Dalam kajian keIslaman, pendidikan pada dasarnya ditujukan untuk membentuk karakter individu. Karakter adalah watak, tabiat, akhlak, atau kepribadian (*moral excellence*) yang terbentuk dari hasil internalisasi berbagai kebajikan (*virtues*) yang diyakini

dan digunakan sebagai landasan cara pandang, berpikir, bersikap, dan bertindak. Pendidikan karakter dapat dimaknai sebagai pendidikan yang mengembangkan nilai-nilai kebaikan pada diri peserta didik sehingga mereka memiliki nilai-nilai karakter sebagai watak dirinya, menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan dirinya, sebagai anggota masyarakat, dan warga negara yang religius, nasionalis, produktif, dan kreatif (Hanafi, 2013).

Kementrian Pendidikan Nasional merancang *grand design* pendidikan karakter yang menekankan pada lima komponen utama yang hendak dicapai, yakni manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Kementrian Pendidikan Nasional: 2010). Namun, sayangnya *grand design* ini masih menjadi polemik di kalangan aplikator, yaitu pendidik, sebagaimana dikatakan bahwa 'Pemerintah tidak memiliki cetak biru pendidikan karakter seperti apa yang mau dibangun oleh negara ini (Listyarti dalam Latief, 2011). Ketidakjelasan *grand desain* pendidikan terkait dengan landasan yang dipilih untuk menentukan tujuan yang akan dicapai dan bagaimana aplikasi konkrit dari tujuan ini.

Teknik pendidikan pada anak dapat dilakukan dengan berbagai macam cara, salah satu diantaranya ialah melalui teladan kisah (al-amtsal). Hal ini termaktub dalam Q.S. Yûsuf ayat 111 yang menyampaikan faedah memanfaatakan kisah sebagai sarana pendidikan. Penggalan ayat

لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ۗ

Artinya: *Sesungguhnya di dalam kisah-kisah mereka terdapat ibarat bagi orang- orang yang berakal*

Keutamaan metode kisah dalam kitab *Usulu al-Tarbiyah al-Islamiyah* dijabarkan kedalam empat poin utama, yakni, membangkitkan perhatian pendengar, menyentuh jiwa manusia, menempa

intuisi ketuhanan dalam diri manusia, dan memiliki persuasi intelektual.

Kisah sebagai sarana menanamkan nilai positif pada anak memerlukan ketepatan cara dan waktu penyampaian. Dalam kajian psikologis, terdapat waktu-waktu dimana kondisi otak bisa menerima dengan baik segala informasi yang diberikan. Pada waktu ini gelombang otak berada pada kondisi *theta* dengan frekuensi 4 - 8 Hz. Frekuensi ini menandakan adanya aktivitas pikiran di alam bawah sadar yang memungkinkan diterimanya informasi dan tertanam dengan baik.

Posisi Metode Pembelajaran Berkisah dalam Perspektif Al-Qur'an

Chalidjah Hasan (1994) memberi definisi bahwa metode pembelajaran sebagai cara yang dalam fungsinya merupakan alat untuk mencapai suatu tujuan pembelajaran. Sedangkan kisah didefinisikan sebagai menjelaskan bahwa cerita adalah pemaparan pengetahuan kepada anak kecil dengan gaya bahasa yang sederhana dan mudah dipahami (Mursy, 2001). Dari pengertian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa metode berkisah merupakan cara yang digunakan sebagai alat mencapai tujuan pembelajaran melalui ungkapan atau tulisan yang berisikan urutan peristiwa atau kejadian.

Dalam pendidikan Islam, pemilihan metode oleh seorang pendidik harus selaras dengan tujuan utama pendidikan Islam yaitu, terbentuknya pribadi yang beriman yang senantiasa siap mengabdi kepada Allah Swt. Tujuan ini bisa dipenuhi apabila ada ketepatan pemilihan metode dengan karakteristik sasaran didik. Dalam kajian ini, sasaran didik ialah anak usia 2-13 tahun.

Pengajuan teknik penanaman nilai qur'ani yang diajukan ialah melalui kisah teladan (al-amtsal). Kisah bisa dijadikan sarana penanaman nilai-nilai qur'ani pada anak dikarenakan mengandung faedah sebagiamana termaktub dalam Q.S. Yûsuf ayat 111 yang berbunyi

لَقَدْ كَانَ فِي قَصَصِهِمْ عِبْرَةٌ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ ۗ

Artinya: *Sesungguhnya di dalam kisah-kisah mereka terdapat ibarat bagi orang-orang yang berakal*

Selain faedah yang diceritakan dalam Q.S. Yûsuf ayat 111, terdapat pula kelebihan metode kisah sebagaimana tertuang dalam kitab *Usulu al-Tarbiyah al-Islamiyah.* Dalam pembahasan ini, dijabarkan empat poin utama, yakni, membangkitkan perhatian pendengar, menyentuh jiwa manusia, menempa intuisi ketuhanan dalam diri manusia, dan memiliki persuasi intelektual.

Metode kisah atau metode cerita yang digunakan dalam karya ini disebut dengan metode cerita Quran. Abdurrahman Umdirah mendefinisikan metode cerita Qurani sebagai, "*suatu cara Allah mendidik umat agar beriman kepada-Nya dengan mempelajari dan menelaah kisah- kisah Alquran secara benar*". CD audio R-SbS yang ditawarkan mengangkat tema kisah Nabi Yunus yang dimakan ikan. Cerita ini termaktub secara rinci di dalam Alquran Q.S. Yûnus.

Berdasarkan kajian diatas dapat disimpulkan bahwa dalam metode berkisah merupakan salah satu metode pendidikan untuk menanamkan nilai-nilai Qurani. Metode ini direkomendasikan karena memiliki kelebihan yakni adanya ibrah dari kisah yang disampaikan Alquran sebagaimana tercantum dalam Q.S. Yûsuf ayat 111. Pemaparan dalam kitab *Usulu al-Tarbiyah al-Islamiyah* menjelaskan macam faedah ini.

Konsep *Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS)

Relaxation-Story before Sleeping (R-SbS) merupakan CD audio yang dikembangkan untuk menanamkan nilai-niali Qurani pada anak melalui intergrasi kisah teladan Alquran *(al-amtsal)* dengan instrumen relaksasi (at-Tarwih). Pilihan kisah yang diajukan mengacu pada konsep metode cerita Qurani, sedangkan pilihan instrumen relaksasi didasarkan pada konsep relaksasi yang didasari dengan kaidah hadis berikut.

إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءَكَ لِلصَّلاة

Artinya: *Apabila engkau mendatangi tempat tidurmu, hendaklah engkau berwudlu sebagaimana wudlu untuk shalat*

Secara filosofis wudlu merupakan suatu persiapan mental menjelang shalat, pun ketika hendak tidur. Kesucian dan kesejukan yang ditimbulkan oleh wudlu dapat membangkitkan konsentrasi dalam pelaksanaan shalat karena wudlu menstimuli lima organ panca indra, yaitu mata, telinga, hidung, mulut, tangan dan kaki (Syadzili, 2011).

Pakar syaraf (neurologist) telah membuktikan bahwa dengan ari wudlu yang mendinginkan ujung-ujung syaraf jari-jari tangan dan jari-jari kaki berguna untuk memantapkan konsentrasi pikiran (Scheideman, 1998). Wudlu pada dasarnya menjadikan pikiran lebih tenang sehingga mampu menerima sugesti yang diterima. Namun, sayangnya, pada anak usia dini, terdapat kesulitan-kesulitan yang dialami untuk membiasakan berwudlu, misalnya dari aspek kemampuan anak. Hal inilah yang menjadikan penulis mengambil alternatif penggunaan instrumen relaksasi yang secara ilmiah teruji mampu memposisikan otak pada kondisi theta atau kondisi tenang.

Berikut merupakan gambaran ajuan solusi yang ditawarkan untuk menanamkan nilai-nilai Qurani pada anak.

Nama Produk	"*Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS)"
Bentuk Produk	CD *(Compact Disk)*
Tujuan Produk	Menanamkan nilai-nilai qur'ani pada anak melalui cerita dan instrumen relaksasi.
Durasi total	30 menit 10 detik
Durasi cerita	08 menit 20 detik

Durasi musik relaksasi	21 menit 50 detik
Judul cerita	Kisah Nabi Yunus Dimakan Ikan
Metode cerita	Metode cerita Qur'ani
Waktu Penggunaan	Sebelum tidur
Dasar Waktu Penggunaan	Hadits Al-Bukhari dan Muslim dari Al-Barra' bin 'Aazib
Hipotesa Hasil	Anak lebih tenang, mudah dikondisikan untuk tidur dan secara berkala nilai-nilai positif dalam cerita bisa terserap dalam diri anak.

CD audio *Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS) bias digunakan secara individual maupun klasikal. Secara individual bisa dilakukan oleh orang tua di rumah dengan menyetelkan audio ini sebagai pengantar tidur anak. Pada metode klasikal, bisa digunakan oleh sekolah atau lembaga yang memberikan pelayanan asuh anak seperti panti asuhan, Taman Kanak-kanak (TK) atau *playgroup* dengan konsep *fullday school.*

Potensi Pengembangan *Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS)

Dewasa ini, pendidikan berbasis karakter menjadi perhatian pemerintah. Upaya ini tidak bisa dilakukan tanpa adanya kerjasama dari berbagai pihak, utamanya orang tua sebagai peletak dasar pendidikan utama pada anak. Ditengah semakin tingginya kesibukan, minimnya perhatian dan rendahnya usaha orang tua untuk memperkuat karakter anak, maka dibutuhkan dibutuhkan upaya tersistematis sejak dini agar karakter anak dapat terbangun dengan kokoh. Dalam terminologi lain bisa dikatakan terjadinya internalisasi nilai-nilai Qurani dalam diri anak. Langkah yang bisa ditempuh ialah melalui pemanfaatan CD Audio *Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS).

Beberapa keunggulan yang dimiliki R-SbS adalah sebagai berikut:

- Adanya integrasi antara instrumen relaksasi dengan metode cerita qur'ani. Kondisi tenang pada otak memungkinkan nilai-nilai bisa tertanam dalam diri anak.
- Mudah digunakan, baik secara individual di rumah maupun secara klasikal di tempat pengasuha anak.
- Ekonomis, biaya pembuatan dan memperbanyak CD terjangkau sehingga bisa digunakan oleh semua kalangan.

CD Audio *Relaxation-Story before Sleeping* (R-SbS) potensial menjadi media pembentuk karakter pada anak. Cerita yang dipilih dilandaskan pada nilai-nilai Al-Qur'an yang berpotensi positif membentuk karakter anak. Kedepan, media ini potensial dikembangkan baik dari segi variasi isi cerita, intrumen musik yang digunakan serta jenis karakter yang akan dibentuk.

DAFTAR RUJUKAN

Abdurrahman an nahlâwi. Usulu al-Tarbiyah al- Islamiyah, via software Maktabah As-Syamilah

Ahmad Tafsir. *Ilmu Pendidikan dalam Perspektif Islam.* Bandung: PT Remaja Rosda.

Al-Maraghi, A.M. *Tafsir Al-Maraghi* (terjemah). Semarang: Toha Putra.

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.

Hanafi, Y. 2013. *SOP Pembiasaan Karakter Religius.* Tidak dipublikasikan.

Hasan, C. *Dimensi-Dimensi Psikologi Pendidikan*, (Surabaya: Al Ikhlas, 1994)

Scheideman, I. 1998. *Medical Acupunture.* Australia: Myfair Medical Supplies Ltd.

Ibnu Bathol. 2003. Syarh shahih al-bukhâri ibn bathol.

Latief. Arah Pendidikan Karakter Tidak Jelas. 2011. *Kompas,* (Online) http://edukasi.kompas.com/read/2011/05/18/13574380/Arah.Pendidikan.Karakter.Tidak.Jelas, diakses 12 Juli 2013).

Mursy, M.S. 2001. *Seni Mendidik Anak*. Jakarta: Arroyan.

Najamudin. Tanpa tahun. *Pendidikan Anak Usia Dini dalam Perspektif al-Quran dan Hadist.* , (online) http://sumut.kemenag.go.id/file/file/TULISANPENGAJAR/gfpm1365445181.pdf, diakses 15 Juli 2013)

Riyadh: Maktab al-rusy as-su'udiyah, via software Maktabah As-Syamilah

Syadzili. A.M. 2011. *Hikmah Berwudhu dengan Air*. (online) http://theamazingofmuslim.blogspot.com/2012/09/beberapa-hikmah-berwudhu.html, diakses 15 Juli 2013.

Tim Tashih Departemen Agama. 1993. *Al-Qur'an dan Tafsirnya*. Semarang: Effhar Offset Karya, 2000.

METODE *SABID (AS-SAM', AL-ABSÂR, AL-AF'IDAH):* SOLUSI TEPAT PEMBELAJARAN BAHASA ASING

Oleh :
Fatihatus Syahida

Sebagai makhluk sosial, manusia tidak bisa lepas dari bahasa. Kridalaksana (1983) dalam Chaer (2012) menyatakan bahwa bahasa adalah sistem lambang bunyi yang arbitrer yang digunakan oleh para anggota kelompok sosial untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan mengidentifikasikan diri. Setiap kelompok sosial memiliki karakteristik bahasa masing-masing. Oleh karena itu, dibutuhkan bahasa pemersatu agar proses komunikasi itu dapat terjalin dengan baik.

Selain hubungan sosial dengan sesama manusia dalam satu wilayah bahasa yang sama, hubungan dengan masyarakat luar negeri juga diperlukan. Dalam urusan politik, sosial, dan aspek lainnya suatu negara tidak bisa berdiri sendiri tanpa kerja sama dengan negara lain. Dalam menjalankan hubungan itu, tentu dibutuhkan bahasa sebagai alat komunikasi. Namun, bahasa pada setiap negara berbeda-beda. Oleh karena itu, diperlukan kemampuan untuk berbahasa asing.

Saat ini sudah dikembangkan pembelajaran bahasa asing di sekolah-sekolah. Pembelajaran bahasa asing adalah proses mempelajari sebuah bahasa yang tidak dipergunakan sebagai bahasa komunikasi di lingkungan seseorang. Bahasa Inggris, bahasa Jerman, bahasa Jepang, bahasa Arab misalnya, adalah bahasa-

bahasa asing bagi orang Indonesia (Ghazali, 2013). Pembelajaran bahasa asing selama ini masih menekankan pada hafalan. Mula-mula anak diminta untuk menghafalkan kosa kata (*vocabulary*). Kemudian diberi materi tentang tata kalimat (*grammar*). Faktanya, meskipun bahasa asing itu telah diajarkan selama bertahun-tahun, tidak menjamin anak mahir berbahasa asing setelah lulus dari sekolah yang bersangkutan. Melihat fenomena ini, penulis merancang Metode *Sabid* yang efektif untuk pembelajaran bahasa asing. Metode ini dilandaskan pada Alquran Surat An-Nahl ayat 78 yang artinya: "*Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati agar kamu bersyukur.*"

Analisis Perkembangan Pendengaran *(as-Sam'a)*, Penglihatan *(al-Absâr)*, dan Hati *(al-Af'idah)* menurut Perspektif Alquran dan Ilmiah

Dalam Islam dijelaskan bahwa anak yang baru lahir tidak memiliki pengetahuan sesuatupun. Oleh karena itu, Allah memberikan pendengaran, penglihatan, dan hati. Melalui tiga hal tersebut, pengetahuan diberikan kepada anak. Dalam Alquran Surat An-Nahl ayat 78 Allah berfirman:

وَٱللَّهُ أَخۡرَجَكُم مِّنۢ بُطُونِ أُمَّهَٰتِكُمۡ لَا تَعۡلَمُونَ شَيۡـٔٗا وَجَعَلَ لَكُمُ ٱلسَّمۡعَ وَٱلۡأَبۡصَٰرَ وَٱلۡأَفۡـِٔدَةَ لَعَلَّكُمۡ تَشۡكُرُونَ ٧٨

Artinya: *Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun, dan Dia memberi kamu* pendengaran, penglihatan dan hati*, agar kamu bersyukur.*

Pola urutan "*pendengaran, penglihatan, dan hati*" dalam Al-Quran tetap sama meskipun dalam surat yang berbeda-beda. Hal itu dapat dilihat di Q.S. Al-An'am: 46, Q.S. Al-Isra: 36, Q.S. Al-Mukminun: 78, Q.S. As-Sajdah: 9, Q.S. Al-Ahqaaf: 26, dan Q.S. Al-Mulk: 23.

Dalam *Tafsir Al-Misbah* disebutkan bahwa dalam Q.S. An-Nahl: 78 dijelaskan bahwa Allah menjadikan *pendengaran, penglihatan-penglihatan, dan aneka hati* bagi manusia sebagai bekal dan alat-alat untuk meraih pengetahuan agar manusia itu bersyukur dengan menggunakan alat-alat tersebut sesuai dengan tujuan Allah menganugerahkannya kepada manusia (Shihab, 2005).

Ayat tersebut menggunakan kata (السمع) *as-sam' (pendengaran)* dengan bentuk tunggal dan menempatkannya sebelum kata (الأبصار) *al-abshâr (penglihatan-penglihatan)* yang berbentuk jamak serta (الأفئدة) *al-af'idah (aneka hati)* yang juga berbentuk jamak. Kata *al-af'idah* adalah bentuk jamak dari (فؤاد) *fuâd* yang diterjemahkan dengan *aneka hati* guna menunjuk makna jamak itu. Kata ini dipahami oleh banyak ulama dalam arti *akal.* Makna ini dapat diterima jika yang dimaksud dengannya adalah gabungan daya pikir dan daya kalbu yang menjadikan seseorang *terikat* sehingga tidak terjerumus dalam kesalahan dan kedurhakaan (Shihab, 2005).

Didahulukannya kata *pendengaran* atas *penglihatan* merupakan perurutan yang sungguh tepat karena memang ilmu kedokteran modern membuktikan bahwa indra pendengaran berfungsi mendahului indra penglihatan. Ia mulai tumbuh pada diri seorang bayi pada pekan-pekan pertama, sedangkan indra penglihatan baru bermula pada bulan ketiga dan menjadi sempurna memasuki bulan keenam. Adapun kemampuan akal dan mata hati yang berfungsi membedakan yang baik dan buruk, berfungsi jauh sesudah kedua indra tersebut. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa perurutan penyebutan indra-indra pada ayat tersebut mencerminkan tahap perkembangan fungsi indra-indra tersebut (Shihab, 2005).

Perkembangan alat pendengaraan dan penglihatan pada janin terjadi secara bertahap dalam waktu yang cukup lama. Pada akhir minggu ketiga, *otic placode* yang merupakan unsur pertama yang membentuk organ telinga pada bagian permukaan

mulai terbentuk. Sementara itu, alat penglihatan akan terbentuk pada tahap minggu keempat atau fase perkembangan janin. Perkembangan telinga atau alat pendengaran pada janin berkembang dari unsur pertama ini setelah adanya rumah siput (*membraneus coclea*) pada minggu keempat. Hal ini berlangsung hingga minggu ke delapan menjadi rumah siput sempurna atau telingga sempurna dan disempurnakan saat memasuki minggu ke 21. Hal ini ditandai dengan munculnya bulu-bulu halus di sekeliling telinga dan juga *organ kortek*. Dengan demikian, telinga bagian dalam telah berkembang dan matang untuk mencapai ukuran yang alami. Ketika ia sampai pada waktu itu, ia siap melakukan tugasnya sebagai indra pendengaran yang menjadi tugas khusus pada bulan kelima usia janin. Dari kondisi yang telah terjadi pada janin, bagian telinga ini dengan sendirinya telah mampu menerima suara dan mentransfer simbol-simbol suara ke otak sehingga terjadi persepsi. Proses sederhana ini tentunya yang akan disempurnakan dengan munculnya otot telingga bagian tengah dan muara tuba *eustachi,* penutup gendang, dan saluran pendengaran bagian luar selama beberapa minggu antara minggu ke 10 dan ke 20. Selanjutnya, minggu ke 32 akan menjadi telingga sempurna (Ahamd, 2012).

Adapun penglihatan, baik kerangka mata halus maupun organ bagian dalam, terjadi secara secara sempurna ketika usia janin masuk usia 25 minggu. Pada saat sebelum itu, serabut saraf penglihatan belum dilengkapi oleh sumsum tulang belakang yang memungkinkannya untuk memindahkan isyarat-isyarat saraf penglihatan dengan sempurna, kecuali ketika sudah memasuki minggu ke 17 dari kelahiran janin. Di samping itu, kelopak mata janin masih tertutup hingga memasuki usia ke 26 minggu. Hal itu terjadi karena janin masih berada di tempat yang gelap serta jaringan mata yang belum matang dan saraf mata yang belum sempurna sampai ia keluar dari dalam kandungan (Ahamd, 2012).

Selain perkembangannya yang lebih awal, indra pendengaran juga memiliki kelebihan lainnya. Secara fisiologis dan anatomis,

saraf-saraf yang ada pada setiap manusia terutama *pendengaran* terdiri atas jutaan serabut saraf. Jumlah yang teramat banyak ini ternyata tidak dimiliki oleh saraf penglihatan yang hanya memiliki 30.000 saraf saja (Ahamd, 2012).

Kata *as-sam'* dan derivasinya disebutkan dalam Alquran sebanyak 185 kali. Setiap kata *as-sam'* yang muncul dalam Alquran maknanya adalah "*mendengar perkataan dan suara yang disertai dengan pengetahuan dan pemahaman mengenai informasi yang diterima dari perkataan atau suara tersebut*". Sedangkan *al-abshâr* yang bermakna "*memandang objek*", disebutkan dalam Alquran sebanyak 88 kali.

Dalam sebuh artikel Islam, Prof. Dr. H. Muhaimin, MA (UIN Malang) menulis tentang berbagai potensi yang terdapat pada setiap manusia. Di dalam Q.S. An-Nahl:78 disebutkan kata *al-sam'a* (pendengaran) dalam bentuk mufrad (tunggal), sedangkan kata *al-abshâr* (penglihatan-penglihatan) dan *al-af'idah* (aneka hati) dalam bentuk jamak. Hal ini mengandung makna bahwa apa yang didengar selalu saja sama baik oleh seorang maupun banyak orang dan dari arah mana pun datangnya suara. Ini berbeda dengan apa yang dilihat. Posisi tempat berpijak dan arah pandang seseorang bisa melahirkan perbedaan hasil pandangan. Demikian pula hasil kerja akal dan hati. Hati manusia sekali senang sekali susah, sekali benci dan sekali rindu, tingkat-tingkatnya pun berbeda-beda walaupun objek yang dibenci dan dirindui sama. Hasil penalaran akal pun dapat berbeda, boleh jadi ada yang sangat tepat, dan ada pula yang merupakan kesalahan fatal.

Alat-alat potensial yang diberikan oleh Allah kepada manusia tersebut ada yang hanya bisa menangkap objek-objek yang bersifat material, seperti pendengaran (*as-sam'*) dan penglihatan (*al-abshâr*). Ada pula yang bisa menangkap objek-objek immaterial, yaitu *al-af'idah* (akal pikiran dan hati atau qalbu). Dalam pandangan Alquran, ada objek-objek yang tidak bisa ditangkap oleh indera pendengaran dan penglihatan, bahkan oleh akal pikiran betapapun tajamnya mata kepala dan pikiran seseorang. Misalnya masalah

hakikat Allah, surga, neraka, malaikat, shalat subuh harus dua raka'at, sedangkan shalat dhuhur empat rakaat, segala tindakan manusia yang tampak dan tersembunyi akan dilihat oleh Allah dan dicatat oleh malaikat Raqib dan Atid, masalah nasib manusia dan lain-lainnya, adalah contoh-contoh objek yang tidak bisa ditangkap dengan akal pikiran. Yang dapat menangkapnya hanyalah hati melalui wahyu, ilham atau intuisi. Oleh karena itu, Alquran di samping menuntun dan mengarahkan pendengaran dan penglihatan, juga memerintahkan agar mengasah akal (daya pikir) dan mengasuh daya qalbu (Ahamd, 2012).

Metode *Sabid* Sebagai Solusi Efektif Pembelajaran Bahasa Asing

Urutan-urutan dalam pelaksanaan metode pembelajaran bahasa asing diperlukan agar pembelajaran bahasa asing itu dapat berjalan efektif. Dalam Alquran, tahap-tahapan itu dimulai dari pendengaran, penglihatan, dan hati *(as-sam', al-absâr, al-af'idah).* Model pembelajaran bahasa selama ini disusun tanpa adanya urutan yang pasti. Setiap guru menerapkan metode yang berbeda-beda dengan target siswa mampu menghadapi ujian, tanpa ada pengembangan berkelanjutan sehingga kemampuan berbahasa asing peserta didik hanya terkotak pada materi yang disampaikan guru.

Menyiasati fenomena ini, diperlukan metode yang tepat untuk pembelajaran bahasa asing. Metode yang dipilih adalah Metode *Sabid (as-sam', al-absâr, al-af'idah).* Metode ini didasarkan pada tahap perkembangan bahasa manusia yang dimulai dari proses pendengaran. Itulah sebabnya mengapa pada saat pertama kali bayi lahir diperdengarkan suara adzan, bukan diperlihatkan gambar-gambar atau tulisan.

Dalam Q.S. An-Nahl:78 dijelaskan bahwa bayi dilahirkan dalam keadaan keadaan *"lâ ta'lamûna syai'an"* (tidak tahu apa-apa, tanpa ilmu). Selanjutnya, dalam menguasai suatu bahasa, dimulai dengan mendengarkan (Suyitno, 2005). Bahasa merupakan sistem lambang bunyi. Secara teknis, Kridalaksana (dalam Chaer, 2012)

menyatakan bahwa bunyi adalah kesan pada pusat saraf sebagai akibat dari getaran gendang telinga yang bereaksi karena perubahan-perubahan dalam tekanan udara. Dari pengertian tersebut diketahui bahwa bahasa berkaitan dengan sistem pendengaran. *Sholeh* (2012) menyatakan bahwa pasangan *"mendengar"* adalah *"berbicara"*, sehingga dalam bahasa Inggris "*listening"* berpasangan dengan "*speaking"*. "*Listening & speaking"* menjadi satu paket langkah awal yg harus dilakukan dalam menguasai bahasa asing. Pada tahap ini guru memutarkan lagu atau rekaman percakapan bahasa asing kemudian siswa diminta untuk menirukannya. Pada saat kegiatan belajar mengajar guru juga harus menggunakan bahasa asing itu agar pendengaran siswa terlatih. Pada tahap ini siswa dapat menemukan kosa kata baru dan secara perlahan dikenalkan pada tata bahasa. Jika tahap ini sudah matang, sudah benar-benar dikuasai, maka dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya.

Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh siswa pada tahap *as-sam' (listening)* adalah (1) memusatkan perhatian sepenuhnya kepada apa yang dikatakan oleh pembicara, (2) tidak boleh tegang dan membiarkan ide yang didengar itu masuk ke dalam otak, (3) tidak boleh merasa sedih atau bingung apabila ada sesuatu yang belum jelas terdengar, (4) menghubungkan apa yang didengar dengan apa yang pernah diketahui, (5) menghindari mendengarkan kata perkata, melainkan menangkap ide pokoknya, (6) memberanikan diri untuk bertanya apabila ada sesuatu yang kurang jelas didengar atau kurang tahu maksudnya, (7) berusaha untuk menerka apa yang dimaksudkan oleh pembicara, (8) jika ragu-ragu terhadap terkaan yang dilakukan, siswa dapat menanyakan hal tersebut kepada pembicara dengan menggunakan pertanyaan konfirmasi, seperti "Apakah/ benarkah ini yang Anda maksudkan?", (9) mencatat kata, ungkapan, istilah, struktur, ataupun konsep yang baru saja didapatkan.

Sebagai pasangan dari *listening,* pada tahap *speaking* juga ada beberapa hal yang harus diperhatikan siswa, diantaranya adalah

(1) memikirkan baik-baik apa yang hendak disampaikan secara lisan, (2) memikirkan struktur yang hendak dipakai, tetapi jangan sampai pikiran tentang struktur itu mengganggu jalan pikiran siswa dalam memikirkan apa yang hendak dikatakan, (3) menghindari rasa takut berbuat kesalahan karena kesalahan merupakan hal wajar dalam berbahasa, (4) jika ada sesuatu yang ingin dikatakan tetapi tidak mengetahuinya dengan jelas, maka dapat menggunakan gerakan tangan (*gesture*), sinonim, definisi, contoh, menjelaskan dengan gerakan (*acting out*) untuk menjelaskan apa yang hendak diutarakan. Dan akan lebih baik lagi apabila pembicaraan siswa tersebut direkam sehingga siswa dapat mengetahui bagaimana hasil pembicaraannya, apa kesalahannya dan apakah pelafalannya sudah benar sehingga siswa dapat menggunakan strategi tertentu untuk mengatasi masalah itu.

Tahap kedua dalam Metode *Sabid* adalah *"al-abshâr"* (penglihatan). Tahap ini disebut juga tahap membaca (*reading*). Membaca tentunya berpasangan dengan menulis (*writing*) karena memang tidak bisa membaca tanpa ada tulisan. Tahap membaca ini diawali dengan bacaan yang ringan terlebih dahulu. Tahap ini dilakukan setelah melalui tahap pertama, yaitu mendengarkan, menirukan, lalu praktek membacanya, dan kemudian menuliskannya. Pada tahap ini guru memberikan teks bacaan yang sederhana terlebih dahulu, yaitu bacaan yang kosa kata dan tata bahasanya mudah dipahami. Setelah itu, dilanjutkan membaca teks yang kosa kata dan tata bahasanya lebih kompleks. Setelah siswa memahami kosa kata dan tata bahasa sesuai yang dicontohkan pada *listening* dan *reading,* siswa diminta praktek menulis (*writing*). Sholeh (2012) menjelaskan bahwa Pelajaran tentang *"reading"* ada dua, yaitu *"reading pronunciation"* dan *"reading comprehension"*. *"Reading pronunciation"* adalah cara belajar membaca dengan tepat, yaitu membaca dengan "tartil", dengan "mahraj" atau "tajwid" yg tepat, dengan "kefashihan" yg bagus. *Reading* jenis ini dapat dilalui dengan terlebih dahulu menguasai tahap pertama, yaitu mendengar,

menirukan, lalu praktik membacanya. "*Reading comprehension*" adalah cara belajar membaca yg lebih tinggi, yaitu membaca dalam rangka memahami isi bacaan. Penguasaan kosa kata (*vocabulary–meaning*), jenis kata (*parts of speech*), kata ubahan (*derivation word*), dan tata bahasa (*grammar*) menjadi sangat penting untuk jenis *reading* ini. Oleh karena itu, secara teknis, belajar membaca jenis ini dapat dilakukan dengan agak bersamaan dengan tahap ketiga mempelajari bahasa.

Hal yang perlu diperhatikan siswa pada saat *reading* adalah (1) mengetahui tentang bacaan yang akan dibaca, (2) memperkirakan apa yang akan didapatkan dari bacaan yang hendak dibaca, (3) memahami pesan yang terkandung di dalam bacaan, bukan membaca kata perkata, (4) membuat pertanyaan ketika membaca, (5) jangan berhenti membaca jika mendapati beberapa kata yang sulit, yang penting dapat menangkap pesan pokok yang terdapat dalam bacaan, (6) jika ternyata kata yang tidak dipahami itu mengganggu pemahaman terhadap teks, berhenti sebentar untuk memeriksa makna kata tersebut di dalam kamus, (7) mencatat bagian-bagian yang tidak dapat dipahami pada buku catatan khusus membaca kemudian ditanyakan kepada teman atau guru apabila tidak bisa memecahkan masalah itu, (8) mendiskusikan konsep atau ide baru yang didapatkan dari bacaan itu dengan teman atau guru.

Sebagai pasangan dari *reading,* pada tahap *writing* juga ada beberapa hal yang harus diperhatikan siswa, di antaranya adalah (1) mencari informasi sebanyak-banyaknya tentang topik yang hendak ditulis, (2) mendiskusikan topik yang hendak ditulis dengan teman atau guru, (3) membuat perencanaan dengan cara mengelompokkan ide menjadi beberapa kelompok yang siap dikembangkan, (4) mempertimbangkan penggunaan bahasa baku di dalam menulis, namun jangan sampai kaidah tata bahasa baku itu mengganggu kegiatan menulis yang dilakukan, (5) memulai menulis, membiarkan ide itu mengalir, jangan terlalu risau dengan kesalahan

penggunaan kaidah tata bahasa, (6) membaca kembali hasil tulisan dan melakukan perbaikan jika diperlukan, (7) menunjukkan hasil tulisan kepada teman atau guru untuk meminta pendapat mereka, (8) memperbaiki tulisan sampai akhirnya tulisan itu mencapai hasil yang memadai.

Tahap ketiga adalah "***al-af'idah***" **(hati/akal-budi).** Tahap terakhir ini adalah "tahap berpikir" yaitu tahap analisis bahasa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh *Sholeh* (2012) menyatakan bahwa tahap *al-af'idah (thinking step)* adalah tahap tingkat tinggi karena harus menganalisis bahasa dari segi etimologi, terminologi, tata bahasa, tata tulis, tata karangan, dan sebagainya. Tahap ini dapat dengan baik dilakukan jika sudah benar-benar matang dalam tahap-tahap sebelumnya. Selain itu, tahap ini juga berbicara soal "nilai-nilai" dalam bahasa, seperti nilai halal-haram, sopan-santun, manfaat-kerugian, dan sebagainya. Nilai-nilai inilah harus dimasukkan dalam tahap *as-sam'* dan *al-absâr*.

Langkah-langkah dalam pelaksanaan Metode *Sabid* terangkum dalam tabel berikut.

Tabel 1 Langkah-langkah pelaksanaan Metode *Sabid*

Tahapan	Langkah-langkah
as-Sam' (Listening-Speaking)	(1) Guru memutarkan rekaman suara penutur asli bahasa asing yang diajarkan, dapat berupa rekaman percakapan, musik, video, film, dan lain-lain. (2) Guru memberikan latihan tanya-jawab tentang materi yang didengarkan siswa sehingga siswa dapat terstimulasi untuk mengetahui lebih lanjut. (3) Guru mengulang lagi rekaman tersebut sampai siswa mampu memahaminya. (4) Setelah siswa mampu memahami apa yang didengar, siswa diminta untuk menyebutkan kosa kata yang didengarnya. (5) Siswa diminta untuk menceritakan kembali apa yang ia dengar

Tahapan	Langkah-langkah
al-Absār (Reading-Writing)	(1) Guru memberi bahan bacaan. Pada mulanya diberikan teks yang sederhana, yaitu teks yang kosa kata dan tata bahasanya mudah dipahami siswa. Setelah siswa dinilai sudah mampu, guru memberikan teks yang lebih rumit, yaitu teks yang kosa kata dan tata bahasanya lebih kompleks. (2) Siswa diminta untuk menuliskan kembali isi teks itu dengan bahasanya sendiri. (3) Siswa diminta membacakan tulisannya di depan kelas.
al-Af'idah (Thinking Step)	(1) Guru menyajikan rekaman dan atau bahan bacaan. (2) Siswa diminta untuk menganalisis kosa kata dan tata bahasa dari rekaman dan atau bahan bacaan tersebut. (3) Siswa dibagi menjadi beberapa kelompok kemudian diminta untuk mendiskusikan hasil analisisnya dengan teman-temannya. (4) Siswa mempresentasikan hasil diskusinya di depan kelas.

Tahap-tahap ini harus dilakukan secara berurutan, tidak boleh melompat-lompat, misalnya, tahap *al-absâr (reading)* dahulu kemudian *as-sam' (listening)*. Saat anak sudah mengetahui aturan bahasa yang benar, maka ia akan merasa dituntut untuk menggunakan bahasa yang benar, sesuai dengan aturannya. Hal itu akan membuat anak takut/ minder untuk memasuki tahap *speaking*. Ghazali (2013) menyatakan bahwa tata bahasa menduduki tempat yang cukup penting dalam pengajaran bahasa. Namun, sejak bergesernya pandangan terhadap pengajaran bahasa, bahwa pengajaran bahasa bukanlah pengajaran "tentang bahasa", melainkan pengajaran yang memberikan kesempatan berlatih agar siswa mampu menggunakan bahasa dalam berbagai konteks penggunaan bahasa, porsi materi tata bahasa semakin mengecil. Namun, itu tidak berarti bahwa tata bahasa lenyap dari pengajaran bahasa.

Metode Tepat Belajar Bahasa Asing

Metode *Sabid (as-sam', al-absâr, al-af'idah)* merupakan metode yang tepat untuk pembelajaran bahasa asing. Metode ini menjelaskan tentang tahapan pembelajaran bahasa yang dimulai dari aktivitas pendengaran *(as-sam'),* penglihatan *(al-absâr),* dan hati *(al-af'idah).* Pada tahap *as-sam'* guru memutarkan lagu atau rekaman percakapan bahasa asing kemudian siswa diminta untuk menirukannya. Kemudian pada tahap *al-absâr* guru memberikan teks bacaan yang sederhana terlebih dahulu kemudian dilanjutkan membaca teks yang kosa kata dan tata bahasanya lebih kompleks. Setelah siswa sudah mampu memahami bacaan, maka dilanjutkan pada tahap menulis. Tahap yang terakhir adalah tahap *al-af'idah* yang merupakan "tahap berpikir" yaitu tahap analisis bahasa. Metode ini dapat dipakai oleh guru bahasa asing di sekolah, lembaga bimbingan belajar, atau lembaga kursus bahasa asing sebagai pedoman dalam pembelajaran bahasa asing.

DAFTAR RUJUKAN

Ahamd, H. 2012. *Pendengaran Dan Penglihatan Dalam Perspektif Kemukjizatan Alquran & Sains,* (Online), (http://embunkeimananhz.blogspot.com/2012/11/pendengaran-lebih-awal-di-aktifkan-oleh.html), diakses 4 Oktober 2013.

Chaer, A. 2012. *Linguistik Umum.* Jakarta: PT Rineka Cipta.

Ghazali, A.S. 2013. *Pemerolehan dan Pembelajaran Bahasa Kedua.* Malang: Bayumedia Publishing.

Shihab, M.Q. 2002. *Tafsir Al-Misbah.* Jakarta: Lentera Hati.

Sholeh, M.A. 2012. *Belajar Bahasa Inggris Cara Alquran* , (online), (http://www.kibar-uk.org/2012/09/04/belajar-bahasa-inggris-cara-al-quran/), diakses 1 Oktober 2013.

Suyitno, I. 2005. *Bahasa Indonesia untuk Penutur Asing: Teori, Strategi, dan Aplikasi Pembelajarannya.* Yogyakarta: CV. Grafika Indah.

REVITALISASI PERAN IBU SEBAGAI PILAR BANGSA DALAM MEWUJUDKAN GENERASI BERKARAKTER: SOLUSI CERDAS MENGATASI PROBLEMATIKA DEMORALISASI REMAJA

Oleh :
M. Alifudin Ikhsan

Demoralisasi yang terjadi akhir-akhir ini, menimbulkan banyak keresahan yang dialami oleh sebagian besar masyarakat. Penelitian yang pernah dilakukan Badan Narkotika Nasional (BNN) menemukan bahwa 50—60% pengguna narkoba di Indonesia adalah kalangan pelajar dan mahasiswa dari total penguna sebanyak 3,8 sampai 4,2 juta. Sexual Behavior Survey (2013), menunjukkan 64% anak muda di kota-kota besar Indonesia 'belajar' seks melalui film porno atau DVD bajakan. Akibatnya, 39% responden ABG usia 15-19 tahun sudah pernah berhubungan seksual, sisanya 61% berusia 20-25 tahun. Saat ini setengah dari pekerja seks di Indonesia berusia di bawah 18 tahun, sedangkan 50.000 di antaranya belum mencapai usia 16 tahun.

Dari kondisi ini, demoralisasi remaja merupakan permasalahan besar. Diperlukan kerjasama banyak pihak untuk melakukan tindakan preventif. Keluarga merupakan salah satu pihak yang mempunyai posisi penting dalam kehidupan anak. Perhatian seorang ibu juga diperlukan untuk mengarahkan pendidikan seorang anak. Dewasa ini kita mengenal wanita karier yang membagi tugasnya menjadi seorang ibu dan mencari nafkah. Tetapi dari berbagai kasus penelantaran anak, sugesti mementingkan karier perempuan, meningkatnya demoralisasi remaja, dan upaya

pembentukan generasi yang berkarakter inilah, merupakan salah satu wujud problematika demoralisasi. Inilah yang akan menjadi titik fokus bahasan karya ilmiah ini.

Pergeseran Peran Ibu dalam Mendidik Anak di Indonesia

Mendidik bukan hanya tugas seorang guru di sekolah. Pendidikan yang dilakukan di sekolah merupakan lanjutan dari pendidikan yang sebenarnya di keluarga. Dalam hal ini, peran ibu sangat besar dalam mencetak generasi penerus bangsa yang berkualitas di masa yang akan datang. Dalam mewujudkan generasi yang berkualitas maka sangat dibutuhkan figur ibu yang berkualitas pula. Figur ibu yang berkualitas merupakan sosok ibu yang dapat menjalankan peranannya sebagai ibu maupun sebagai pengatur rumah tangga dan juga peran publiknya dalam membangun kemajuan masyarakat. (Kabain, 2010)

Sering dikatakan bahwa ibu merupakan jantung keluarga. Perumpamaan ini menunjukkan bahwa ibu menjadi tokoh sentral dalam melanjutkan kehidupan bangsa. Pentingnya seorang ibu dapat dilihat dari banyaknya ayat Alquran yang membicarakan sosok ibu. Pean ibu merupakan kemampuan untuk mengasuh, mendidik dan menentukan nilai kepribadian anak-anaknya.

Problematika Kenakalan Remaja di Indonesia

Berbicara mengenai kenakalan remaja, Sudarsono (dalam Wulandari, 2010) menyebutkan kenakalan remaja sebagai tindakan kejahatan anak. Psikolog Walgito (2012) mengatakan bahwa kenakalan remaja merupakan tipe perbuatan melawan hukum, anti sosial dan menyalahi norma-norma atau kebiasaan setempat. Kenakalan remaja juga diartikan sebagai perbuatan anti sosial yang dilakukan anak remaja yang bilamana dilakukan oleh orang dewasa dapat dikatakan sebuah kejahatan.

Demoralisasi yang terjadi akhir-akhir ini, menimbulkan banyak keresahan yang dialami oleh sebagian besar masyarakat. Penelitian yang pernah dilakukan Badan Narkotika Nasional

(BNN) menemukan bahwa 50—60% pengguna narkoba di Indonesia adalah kalangan pelajar dan mahasiswa dari total penguna sebanyak 3,8 sampai 4,2 juta. Sexual Behavior Survey (2013), menunjukkan 64% anak muda di kota-kota besar Indonesia 'belajar' seks melalui film porno atau DVD bajakan. Akibatnya, 39% responden ABG usia 15-19 tahun sudah pernah berhubungan seksual, sisanya 61% berusia 20-25 tahun. *Base line survey* yang dilakukan oleh BKKBN LDFE UI (2011), menunjukkan terjadi *2,4 juta kasus aborsi pertahun dan sekitar 21% (700-800 ribu) dilakukan oleh remaja.* Data yang sama juga disampaikan Komisi Nasional Perlindungan Anak tahun 2010. Dari 4.726 responden siswa SMP dan SMA di 17 kota besar, sebanyak 62,7% remaja SMP sudah tidak perawan dan 21,2% remaja mengaku pernah aborsi. Sebuah penelitian mengungkap fakta bahwa jumlah anak dan remaja yang terjebak di dunia prostitusi di Indonesia semakin meningkat dalam empat tahun terakhir. Menurut seorang ahli, setengah dari pekerja seks di Indonesia berusia di bawah 18 tahun, sedangkan 50.000 di antaranya belum mencapai usia 16 tahun.

Kehadiran dan peran seorang ibu di tengah gejolak perubahan kehidupan sosial budaya yang berlangsung cepat menjadi sangat penting. Ibulah orang pertama yang mendampingi anak memilih, memahami, menghayati, mengamalkan nilai-nilai kehidupan islam agar anak tidak terombang-ambing oleh moderenisasi yang terjadi. Nilai-nilai ajaran Islam tersebut diajarkan, dipahamkan, dikenalkan dan apabila perlu dipaksakan agar terjadi pembiasaan (habituasi) yang dapat membentuk karakter dan pedoman yang kokoh.

Ibu mempunyai misi 'memanusiakan manusia' yang melakukan persiapan dan latihan agar anak berkembang seluruh potensi yang telah dimilikinya. Peran dari seorang ibu sangatlah besar dalam mencitakan generasi yang berkarakter. Al-Quran sebagai pedoman bagi umat manusia telah mengajarkan berbagai cara tentang mendidik anak.

Tarsir Al Maraghi menjelaskan surat At-tahrim ayat 6 sebagai berikut:

قواانفسكم : اى اجعلوا لها وقية من النار بتر ك المعاصى, واهليكم: اى بحملهم على ذالك بالنصح والتاء ديب ,

Kalimat '*Quu 'anfussakum'* merupakan menjaga diri dari api neraka dengan cara meninggalkan maksiat, sedangkan '*Wa Ahlikum'* bermakna menasihati keluarga dengan pengetahuan adab. Dalam mengkaji permasalahan diatas, kita akan tertuju kepada penggalan ayat ke-6 dari surat At Tahrim sebagai berikut :

قُـــوا أَنفُسَـــكُمْ وَأَهْلِيكُـــمْ نَـــارًا

Artinya: *Peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka.....(At Tahrim (66) : 6)*

Senada dengan tafsir al Maraghi, maka Tafsir yang diterbitkan oleh Departemen Agama RI (Depag, 2009) menjelaskan bahwa muatan materi yang ada dalam penggalan ayat tersebut adalah:

> *Umar bin Khattab berkata : saat turun ayat ini, bertanya kepada Rasul.Kami akan jaga diri kami, lalu bagaimana dengan keluarga kami ? Jawab Rasul :Kau larang mereka apa yang Allah telah larang dari-Nya, kamu perintah merekadengan apa yang Allah telah perintah dari-Nya, jika itu kau lakukan, akanmenyelamatkan mereka dari neraka. Senada dengan Umar, Al-Qurtubi mengatakan Di dalamnya hanya ada satu masalah:yaitu penjagaan seseorang terhadap diri dan keluarganya dari siksa neraka. Ali bin Abi Tolhah berkata dari Ibnu Abbas berkata "Jaga diri dan keluargamu, suruhlah mereka dzikir dan doa kepada Allah, sehingga Allah menyelamatkan kamu dan mereka dari neraka. Sebagian Ulama berkata "kalau dikatakan Quanfusakum" mencakup arti anak-anak, karena anak adalah bagian dari mereka .Maka hendaklah orang tua mengajarkan tentang halal dan haram dan menjauhkannya*

dari kemaksiatan dan dosa, juga mengajarkan hukum-hukum lain selain hal tersebut.

Kajian Tafsir An Nur karya T. M. Hasbi Ash Shidiqqie mengatakan bahwa memelihara diri dan keluarga yakni dengan jalan menyuruh mereka berbuat ma'ruf dan meninggalkan yang munkar serta mengajarkan kebajikan dan segala perintah syar'i. Sahabat Ali bin Abu Tholib mentafsirkan ayat ini dengan kalimat :

علّموا أنفسكم وأهليكم الخير وأدّبوهم

Artinya: *"Ajarkanlah diri-dirimu dan keluargamu dengan kebaikan dan takdibkanlah mereka"*

Peran seorang ibu dalam membentuk karakter anak sangatlah berpengaruh. keluarga merupakan pondasi yang harus benar-benar dikuatkan dan dipersiapkan sebaik mungkin sebelum memiliki anak yang mana ketika orang tua memiliki akhlak yang baik terutama jujur dan bertanggung jawab, anak akan berperilaku menirunya.

Ibu sebagai Guru Bangsa

Demoralisasi yang terjadi dikalangan remaja merupakan salah satu dampak kesalahan asuh yang dilakukan oleh keluarga. Menurut Wilis (2005:3) remaja merupakan salah satu fase untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian. Dalam mengatasi masalah demoralisasi remaja, maka yang perlu dilakukan adalah penyesuaian diri terhadap lingkungan keluarga, khususnya kedua orang tua. Orang tua yang otoriter akan menimbulkan rasa takut, apatis, dan dendam. Rasa takut yang disebabkan otoriternya orang tua akan dapat menyebabkan anak tidak berkembang daya kreatifnya dan menjadi orang yang penakut, apatis dan penggugup. Sikap apatis yang dilakukan akan menimbulkan rasa diam, mengucilkan diri, dan tak sanggup bergaul dengan orang lain.

Salah satu penyebab kenakalan remaja atau demoralisasi remaja berasal dari lingkungan keluarga. Kurangnya rasa kasih

sayang yang diberikan dan perhatian orang tua khususnya ibu adalah salah satu penyebabnya. Karena kurang mendapat kasih sayang dan perhatian orang tua, maka sesuatu yang dibutuhkan terpaksa ia cari diluar lingkungan keluarga, seperti dalam lingkungan persahabatannya. Kehidupan keluarga yang tidak harmonis juga mendukung adanya ketidakpuasan remaja akan keluarganya. Keadaan ini juga dapat berbanding terbalik dengan orang tua yang terlalu sayang (*over affection*) pada anaknya, sehingga segala tindakan anaknya dibiarkan begitu saja.

Dalam sebuah maqalah predikat perempuan sebagai tiang negara, sudah tidak perlu diragukan kembali. Wanita juga menjadi ujung tombak keberhasilan pemerintahan. Para ulama' telah memposisikan perempuan/ ibu sebagai tiang negara :

الْمَرْأَةُ عِمَادُ الْبِلاَدِ إِذَا صَلُحَتْ صَلُحَتِ الْبِلاَدُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَتِ الْبِلاَد

Artinya : *Wanita adalah tiang suatu negara, apabila wanitanya baik maka negara akan baik dan apabila wanita rusak maka negarakapun akan rusak*

Peran sebagai ibu ditengah keluarga sesungguhnya merupakan rahmat kemuliaan terbesar seorang perempuan. Rasulullah pun bersabda :

عَنْ أَبِيْ هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قَالَ جَاءَ رَجُلٌ إِلَى رَسُوْلِ اللهِ صَلّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلّمَ فَقَالَ :يَا رَسُوْلَ اللهِ، مَنْ أَحَقُّ النّاسِ بِحُسْنِ صَحَابَتِي؟ قَالَ أُمُّكَ، قَالَ ثُمّ مَنْ؟ قَالَ أُمُّكَ، قَالَ ثُمّ مَنْ؟ قَالَ أُمُّكَ، قَالَ ثُمّ مَنْ، قَالَ أَبُوْكَ

Artinya: *Dari Abu Hurairah* RA, *beliau berkata,* "Seseorang datang kepada Rasulullah SAW dan berkata, 'Wahai Rasulullah, kepada

siapakah aku harus berbakti pertama kali?' Nabi menjawab, 'Ibumu!' Dan orang tersebut kembali bertanya, 'Kemudian siapa lagi?' Nabi menjawab, 'Ibumu!' Orang tersebut bertanya kembali, 'Kemudian siapa lagi?' Beliau menjawab, 'Ibumu.' Orang tersebut bertanya kembali, 'Kemudian siapa lagi,' Nabi menjawab, 'Kemudian ayahmu.'" (HR. Bukhari no. 5971 dan Muslim no. 2548)

Imam Al-Qurthubi menjelaskan bahwa hadits tersebut menunjukkan bahwa kecintaan dan kasih sayang terhadap seorang ibu, harus tiga kali lipat besarnya dibandingkan terhadap seorang ayah. Nabi SAW menyebutkan kata ibu sebanyak tiga kali, sementara kata ayah hanya satu kali. Bila hal itu sudah kita mengerti, realitas lain bisa menguatkan pengertian tersebut. Karena kesulitan dalam menghadapi masa hamil, kesulitan ketika melahirkan, dan kesulitan pada saat menyusui dan merawat anak, hanya dialami oleh seorang ibu. Ketiga bentuk kehormatan itu hanya dimiliki oleh seorang ibu, seorang ayah tidak memilikinya. (Tafsir Al-Qurthubi X, 1992 : 239)

Penghargaan yang tinggi dari Allah untuk sosok Ibu juga termaktub dalam QS. Luqman: 14 sebagai berikut :

وَوَصَّيْنَا ٱلْإِنسَٰنَ بِوَٰلِدَيْهِ حَمَلَتْهُ أُمُّهُۥ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ وَفِصَٰلُهُۥ
فِى عَامَيْنِ أَنِ ٱشْكُرْ لِى وَلِوَٰلِدَيْكَ إِلَىَّ ٱلْمَصِيرُ ﴿١٤﴾

Artinya: *Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya; ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah, dan menyapihnya dalam dua tahun. Bersyukurlah kepadaKu dan kepada dua orang ibu bapakmu, hanya kepada-Kulah kembalimu.* (QS. Luqman : 14)

Ibu diharapkan memiliki waktu yang cukup untuk keluarga. Wanita karier memang sebuah tuntutan zaman saat ini, tetapi seorang ibu tidak boleh meninggalkan budaya lkal kasih sayang

terhadap anak-anaknya. Ibu adalah sosok yang paling dekat dengan anak dan sekaligus sebagai madrasah pertama bagi putra/i nya. Ibu dan anak ibarat sebuah cermin dan bayanganya. Ibu jugalah yang mengantarkan anak-anaknya dekat dan mengenal Allah, mendidik budi pekertinya, mengajari semua yang dianggap baik dan sebagai pemberi kasih sayang serta kehangatan pada kepribadian anak. Syekh Shaleh Al-Fauzan dalam kitab *Makanatul Mar'ati fil Islam* (1978 : 5) merupakan seorang penyair yang telah menuliskannya pada bait puisinya sebagai berikut :

الأم مدرسة إذا أعددتَها # أعددتَ شَعْباً طَيِّبَ الأعراق

Artinya: *"Ibu adalah sebuah madrasah (tempat pendidikan) yang jika kamu menyiapkannya # Berarti kamu menyiapkan (lahirnya) sebuah masyarakat yang baik budi pekertinya."*

Revitalisasi peran ibu sebagai tindakan preventif harus segera dilakukan untuk menangani masalah demoralisasi ini.

1. Revitalisasi peran ibu dapat berupa penciptaan kehidupan rumah tangga yang agamis. Kehidupan yang agamis mampu membawa diri remaja menuju kesholihan pribadi yang berkarakter. Nilai karakter religius ditanamkan secara mendalam pada setiap tindakan di lingkungan keluarga.
2. Ibu juga harus memberikan perhatian dan kasih sayang yang cukup kepada remaja yang bersankutan. Kasih sayang yang wajar yang diberikan seorang ibu berupa hubungan emosional yang akrab, yang akan menimbulkan rasa aman pada diri anak. Rasa aman ini akan menjamin terbentuknya moral yang baik.
3. Memberikan pengawasan secara wajar yang dilakukan oleh Ibu. Dalam hal ini, ibu memberikan masukan, saran dan nasihat terhadap segala tindakan remaja yang sedang bergaul dalam kehidupan masyarakat.

Ibu memiliki peran yang sangat besar dalam pembentukan kepribadian seorang anak. Anak akan banyak menghabiskan waktunya didalam keluarga. Dalam hal ini pembentukan generasi berkarakter untuk mencegah demoralisasi remaja dilakukan

dengan aspek pembiasaan, penguasaan pengetahuan, dan pembudayaan yang dilakukan didalam lingkungan keluarga. Jadi, problematika demoralisasi tentu dapat dihadapi dengan merevitalisasi peran ibu sebagai pilar bangsa dalam membentuk generasi berkarakter. Ibu merupakan salah satu organ vital yang tidak dapat dilepaskan dari kepribadian remaja.

DAFTAR RUJUKAN

Al-Fauzan, Shohih. 1978. *Makanatul Mar'ati fil Islam*.

Al- Hakim, Suparlan. 2010. *Pendidikan Kewarganegaraan Dalam Konteks Indonesia*. Malang : UM Press.

Al-Maraghi, Ahmad Mustofa. 1992. *Tafsir Al-Maraghi*. Surabaya : Al Hidayah.

Al-Qurthubi. 1992. *Tafsir Al-Qurthubi* X; Al Jami' Al Ahkam Al Quran.

Ash-Shiddieqy, T.M. Hasbi. 1973. *Tafsir Al Quranul Majied "An Nur"*. Jakarta : Bulan Bintang.

Az-Zabidi, Imam. 2001. *Ringkasan Hadis Shohih Bukhori*. Gresik : Pustaka Amani.

Bimo, Walgito. 1976. *Kenakalan Anak*. Yogyakarta. Fakultas Psikologi UGM.

Daradjat, Zakiyah. 1978. *Peranan Agama dalam Kesehatan Mental*. Jakarta : Gunung Agung.

Depag, RI. 2009. *Alquran dan Tafsirnya Volume 14*. Jakarta : Duta Grafika.

Ghozali, Imam. 2001. *Ayyuhal Walad Fi Nasihatil Muta'allimin Wa Mau'idhotihim*.Surabaya : Al Hidayah

Imron, Abdul Mujib. 2013. *Pendidikan Karakter Berbasis Uswah Hasanah*.

Malang. (Makalah disampaikan dalam seminar nasional tanggal 29 Agustus 2013 di Gedung Sasana Budaya Universitas Negeri Malang).

Kementerian Pendidikan Nasional. 2010. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Kemdiknas RI.

Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir Al-Misbah : Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran.* Jakarta : Lentera Hati

Thayyarah, Nadiah. 2013. *Mausu'ah Al-I'jaz Alqurani; Terj. Sains dan Alquran*. Jakarta : Zaman

Tim Penulis. 2013. *Pendidikan Islam Transformatif : Menuju Pengembangan Pribadi yang Berkarakter*. Malang : Gunung Samudera.

Ulwan, Abdullah Nasikh. 1993. *Pedoman Pendidikan Anak dalam Islam*. Semarang : 'Asy Syifa.

Wilis, Sofyan S. 2005. *Remaja dan Masalahnya; Mengupas Berbagai Bentuk Kenakalan Remaja Seperti Narkoba, Free Sexs dan Penyebarannya*. Bandung : Alfabeta.

Al-Qur'an, Sosial dan Humaniora

ANALISIS PSIKOLOGIS PENGARUH MAKAN BERLEBIHAN TERHADAP PENGERASAN HATI (*QASWAH AL-QALB*): TAWARAN SOLUSI MELALUI *BINGE EATING PREVENTIVE PROGRAM* (BEPP)

Oleh :
Asri Diana Kamilin, S.Psi.

Makan merupakan salah satu kebutuhan dasar *(basic need)* manusia. Melalui hierarki yang diajukan oleh Maslow, makan tergolong kebutuhan fisiologis *(physiological need)* (Maslow, 1954). Kebutuhan fisiologis ini sangat kuat dalam keadaan absolut (kelaparan dan kehausan), sehingga semua kebutuhan lain ditinggalkan dan orang mencurahkan seluruh kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan ini (Alwisol, 2009). Orang bisa bingung, sedih, marah, bahkan kalap apabila tidak menjumpai makanan (Sobur, 2009).

Makan berlebihan (*binge eating*) merupakan salah satu permasalahan perihal makan *(eating disorder)* yang dimasukkan dalam DSM V (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*) (APA, 2013). Sebagai suatu diagnosis, makan berlebihan memiliki karakteristik sebagai berikut (Davison, 2006): (1) Gangguan mencakup makan berlebihan yang berulang (dua kali seminggu selama sekurang-kurangnya enam bulan); (2) Kurangnya kontrol selama episode makan berlebihan; (3) Merasa tertekan karena makan berlebihan, makan dengan cepat, dan secara diam-diam; (4) Kondisi ini dibedakan dari *anorexia nervosa* karena tidak terjadi penurunan berat badan dan dibedakan dari *bulimia* karena tidak terjadi pengurasan atau perilaku kompensatoris lain yang berlaku pada dua gangguan sebelumnya; (5) Lebih sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki dan dihubungkan dengan *obesitas*, *overweight* serta riwayat melakukan diet.

Di Indonesia, kasus makan berlebihan (*binge eating)* selaras dengan semakin banyaknya kasus obesitas yang terjadi. Menurut Friedman & Brownell, gangguan psikiatrik dan psikologik juga sering menyertai para penderita obesitas, tanpa memperhatikan apakah hal itu sebagai sebab atau akibat, misalnya depresi (diperkirakan angka kejadiannya antara 4%–80%), kecemasan, gangguan makan (*binge eating disorder*), gangguan kepribadian, ketergantungan zat, dan sebagainya (Wardhani,1995). Menurut perkiraan yang dilakukan oleh US Census Bereau, International Data Base (2004) dalam Tantiani (2007) ditemukan perkiraan prevalensi penderita *binge eating* di Indonesia sebesar 1.666.170 dari populasi perkiraan sebesar 218.452.952. Selain itu, *binge eating* lebih banyak ditemukan pada populasi yang mengalami kelebihan berat badan (30%) dibandingkan dengan populasi umum (Brown, 2005).

Islam, sebagai agama sekaligus pedoman kehidupan, memberikan larangan terkait makan berlebihan, sebagaimana termaktub dalam Q.S al-A'râf (7):31:

يَـٰبَنِىٓ ءَادَمَ خُذُوا۟ زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا۟ وَٱشْرَبُوا۟

وَلَا تُسْرِفُوٓا۟ ۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلْمُسْرِفِينَ ﴿٣١﴾

Artinya: *"Wahai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah setiap (memasuki) masjid. Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.*

Larangan makan berlebihan mengandung hikmah bagi manusia. Selain dari aspek kesehatan fisik yang telah banyak diungkap, terdapat kerugian dari aspek psikologis. Dalam kitab *Hilyah al-Awliyâ' wa Tabaqât al-Asfiyâ' (VI/288), 'Abd Allâh Al-Dâri* menyatakan, "*Sesungguhnya makan berlebihan dapat mengeraskan hati* (وَاِنَّ الشِّبَعَ يُقَسِّي الْقَلْبَ)". Konteks ungkapan *mengeraskan hati* dalam kalimat di atas mengacu pada kajian kejiwaan (psikologis).

Karya tulis ilmiah kandungan Alquran ini akan menganalisis secara komprehensif sisi psikologis dari pengaruh makan berlebihan *(binge eating)* terhadap pengerasan hati (*Qaswah al-Qalb*), serta mengajukan tawaran solusi preventif (*wiqâyah*) melalui *Binge Eating Preventive Program* (BEPP).

Pandangan Islam terhadap Makan Berlebihan (*Binge Eating*)

Dalam Islam, larangan makan berlebihan dinyatakan dengan tegas dalam Q.S. al-A'râf (7):31. Dalam *Tafsir al-Azhar* (Hamka, 1984), penggalan ayat: "*Makanlah kamu dan minumlah, tetapi jangan berlebih-lebihan*" ditafsiri sebagai makan makanan yang sederhana dan minuman yang sederhana. Senada dengan penafsiran Hamka, Quraish Shihab (2002) dalam *Tafsir al-Misbah* menjelaskan perintah makan dan minum dengan tidak berlebih-lebihan, yakni tidak melampui batas, merupakan tuntunan yang harus disesuaikan dengan kondisi setiap orang. Atas dasar itu, kita dapat berkata bahwa penggalan ayat tersebut mengajarkan sikap proporsional dalam makan dan minum (Shihab, 2002).

Dalam *Tafsir an-Nur* karya Hasbi ash-Shiddieqy disebutkan bahwa diriwayatkan oleh Abd ibn Humaid dari Sa'in ibn Djubair: "*Orang jahilijah bertawaf di malam hari dalam keadaan telandjang. Mereka berkata: Kami tak mau berthawaf dengan memakai kain jang kami telah mengerdjakan dosa dalam memakainja. Seorang wanita datang berthawaf, lalu melepaskan kainnja, dan menutupi kemaluannja dengan tangannja, sambil bersjair*". Lebih lanjut, ash-Shiddieqy menambahkan, "*Bani Amir di masa mengerdjakan hadjdi, makan makanan yang mengenjangkan sadja, tidak mau makan makanan jang sedap-sedap. Para muslimim ingin menuruti sikap itu. Maka berkenaan dengan itu turunlah ajat ini*."

Perihal penyebab turunnya ayat ini, Quraish Shihab (2002) menyebutkan,

"*Sementara ulama menyatakan bahwa ayat ini turun ketika beberapa orang sahabat Nabi SAW bermaksud meniru kelompok al-Hummas,*

yakni kelompok suku Quraisy dan keturunannya yang sangat menggebu-gebu semangat beragamanya sehingga enggan berthawaf kecuali memakai pakaian baru yang belum pernah dipakai melakukan dosa, serta sangat ketat dalam memilih makanan serta kadarnya ketika melaksanakan ibadah haji. Sementara sahabat Nabi SAW berkata: Kita lebih wajar melakukan hal demikian daripada al-Hummas. Ayat di atas turun menegur dan memberi petunjuk bagaimana yang seharusnya dilakukan."

Berdasarkan konteks turunnya ayat, larangan ini bermakna meniadakan faktor berlebih-lebihan yang berpotensi menjadikan umat Islam memiliki jiwa kesombongan dalam dirinya. Sehingga, ia bisa menjadi pribadi yang sederhana dalam menjalani kehidupan dalam berbagai hal.

Dalam konteks berlebih-lebihan, ditemukan pesan Nabi SAW:

مَا مَلأَ آدَمِيٌّ وِعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أُكُلاتٌ يُقِمْنَ صُلْبَهُ, فَإِنْ كَانَ لا مَحَالَةَ فَثُلُثٌ لِطَعَامِهِ وَثُلُثٌ لِشَرَابِهِ وَثُلُثٌ لِنَفَسِه

"Tidak ada wadah yang dipenuhkan manusia lebih buruk dari perut. Cukuplah bagi putra-putri Adam beberapa suap untuk menegakkan tubuhnya. Kalaupun harus (memenuhi perut), maka hendaklah sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga untuk pernafasannya" (H.R. al-Tirmidhi, Ibn Mâjah, dan Ibn Hibbaân melalui Maqdâm Ibn Ma'dikarib).

Berdasarkan kajian di atas dapat disimpulkan bahwa Islam melarang makan-minum berlebihan karena terdapat hal-hal negatif yang bisa dialami individu ketika melakukannya.

Korelasi Makan Berlebihan (*Binge Eating*) terhadap Pengerasan Hati dalam Perspektif Psikologi

Individu dengan konsumsi makan berlebihan *(binge eating)* mengalami *Loss of Control* (LOC) (APA, 2000). Individu dengan gangguan kontrol impuls biasanya tidak mengalami konflik saat mengambil keputusan untuk melakukan perilaku tertentu. Konflik,

penyesalan, dan rasa bersalah, jika ada, biasanya muncul setelahnya (Halgin dan Whitbourne, 2010). Emosi yang timbul setelah mengalami episode LOC dikelola oleh hati.

Kata hati memiiliki beberapa penyebutan yakni *heart*, *al-qalb* atau kalbu. Kalbu merupakan materi organik (al-'adhûw al-madiy) yang memiliki sistem kognisi *(jihaz idrakiy ma'rifiy)* dan berdaya emosi *(al-syu'ûr).* Al-Ghazali melihat kalbu dari dua aspek, yaitu kalbu jasmani dan kalbu rohani. Kalbu jasmani lazimnya disebut jantung *(heart).* Sedangkan kalbu ruhani adalah sesuatu yang bersifat halus *(lathif),* memiliki *insting* yang disebut dengan *al-nûr al-ilâhiy* (cahaya ketuhanan) dan al-basirah al-bathinah (mata batin) yang memancarkan keimanan dan keyakinan. Al-Zamakhsyariy (dalam Mujib & Mudzakir, 2002) menegaskan bahwa kalbu itu diciptakan oleh Allah SWT sesuai dengan fitrah asalnya dan berkecenderungan menerima kebenaran dari-Nya.

Kalbu ruhani merupakan esesnsi dari jiwa manusia. Kalbu ini berfungsi sebagai pemandu, pengontrol dan pengendali struktur nafs yang lain. Apabila kalbu ini berfungsi secara normal maka kehidupan manusia menjadi baik dan sesuai dengan fitrah aslinya, sebab kalbu ini memiliki natur *ilâhiyah.* Dengan natur ini manusia tidak sekedar mengenal lingkungan fisik dan sosialnya, melainkan juga mampu mengenal lingkungan spiritual, ketuhanan dan keagamaan.

Makan berlebihan *(binge eating)* memiliki pengaruh terhadap pengerasan hati (kalbu ruhani). Perspektif yang digunakan dalam menganalisa kaitan keduanya ialah teori Psikoanalisis Freud. Menurut Freud, struktur kepribadian individu terdiri dari *id, ego* dan *superego.* Ketiganya berada pada ranah alam yang berbeda, yakni sadar, prasadar dan taksadar.

Ketika terjadi perdebatan antara *id*, *ego* dan *superego* terkait keinginan makan dan dimenangkan oleh *id* dengan hasil makan terus walaupun telah kenyang (makan berlebih), maka pada tahap tertentu akan ada stimulus pada otak yang mengirim pesan sensasi

kenyang. Stimulus ini ditangkap oleh otak bagian *hipotalamus* sub bagian *nukleus ventromedial*. Ketika terjadi makan berlebihan, maka fokus otak adalah memikirkan proses makan tersebut (sistem pencernaan mendominasi kinerja tubuh) sehingga menghambat kinerja sistem lainnya.

Makanan berlebih yang masuk ke jantung menyebabkan kemampuan memompa darah terganggu karena kelebihan suplai makanan. Hal ini menyebabkan sistem tubuh yang lain tidak bekerja secara optimal karena didominasi sistem pencernaan inilah yang menyebabkan minimnya kontrol individu terhadap hal-hal positf yang menjadi keharusan untuk dilakukan dan penegakan nilai-nilai yang ada dalam individu. Akibatnya, orang tersebut melakukan tingkah laku diluar 'pedoman' yang seharusnya. Dan memperturutkan semua keiginan negatif yang berasal dari *id* manusia

Dalam istilah kajian keislaman, mengikuti keinginan negatif dikenal dengan istilah mengikuti hawa nafsu. Jenis nafsu yang timbul ialah *al-nafs al-ammârah bi al-sû'* atau nafsu yang tercela. Intensifitas mengikuti hawa nafsu ini menyebabkan seseorang dikategorikan sering melakukan kemaksiatan. Sehingga, pada akhirnya, menjadikan dirinya jauh dari cahaya Tuhan yang mengajak kepada kebenaran, kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Jadi, secara ringkas bisa dikatakan, kemenangan *id* dari *superego* (nilai-nilai yang ditanamkan atau didoktrinkan, di antaranya, atas dasar agama) mengindikasikan lemahnya kontrol nilai pada individu tersebut. Efek makan berlebih menjadikan manusia mengikuti keinginan negatif (al-nafs al-ammarah bi al-su' atau nafsu yang tercela). Intensifitas mengikuti hawa nafsu menyebabkan seseorang dikategorikan sering melakukan kemaksiatan. Sehingga, pada akhirnya, menjadikan dirinya jauh dari cahaya Tuhan yang mengajak kepada kebenaran, kebahagiaan di dunia dan akhirat. Kondisi inilah yang terjadi ketika hati manusia telah keras.

Konsep *Binge Eating Preventive Program* (BEPP) Sebagai Solusi *Binge Eating*

Solusi yang pernah ditawarkan sebelumnya berfokus pada penyelesaian kasus pasca *binge eating* terjadi. Beberapa teknik yang digunakan untuk menyelesaikan *binge eating* terangkum dalam tabel berikut.

Table 1
Overview of the Psychological Treatments for Binge Eating Disorder (BED)

Treatment	Theoretical approach	Treatment targets	Empirical support for BED
Behavioral weight loss (BWL)	Promote weight loss by decreasing energy intake and increasing energy expenditure	Making gradual lifestyle changes in diet, exercise, and eating habits	No strong empirical support for BWL over specialist treatments for BED on either weight loss or eating pathology outcomes
		Self-monitoring of food intake, exercise, and thoughts about food	Specialized treatments are more effective than BWL in the long term
		Weight loss goal of one pound per week	BWL may be an effective weight loss option for responders to CBT or IPT

Treatment	Theoretical approach	Treatment targets	Empirical support for BED
Cognitive behavioral therapy (CBT	Disturbed eating patterns and problematic thoughts/beliefs related to eating, shape, and weight contribute to binge eating	Address chaotic eating patterns (e.g., encourage regular meals)	Strong empirical support for therapist-led CBT in short- and long-term outcomes
		Change dysfunctional thoughts about the self and the importance of weight and shape	Self-help CBT may represent a worthwhile first-line treatment; however it is not recommended for patients with low self-esteem and/or high shape and weight concerns. Retention also remains a challenge.
		Encourage healthy weight-control behaviors (e.g., self-monitoring and exercise)	

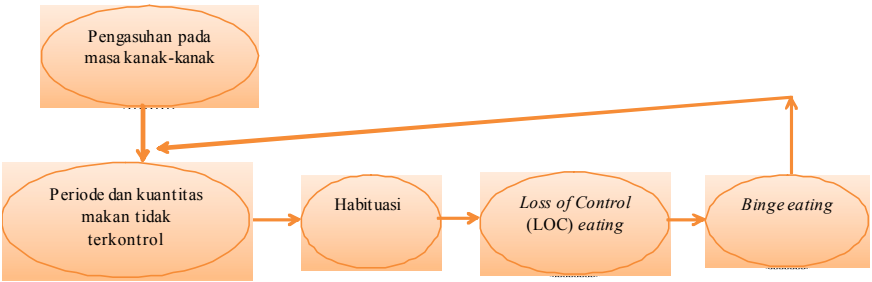
Treatment	Theoretical approach	Treatment targets	Empirical support for BED
Interpersonal psychotherapy (IPT)	Interpersonal stressors contribute to using binge eating as a way to cope with negative affect	Target social deficits and promote mastery in interpersonal domains	Strong evidence demonstrating a short- and long-term reduction in binge eating, comparable to results found in CBT
		Address problems in four primary areas: interpersonal deficits, interpersonal role disputes, role transitions, and grief	
Dialectical behavior therapy (DBT)	Difficulty regulating affect leads to pathological or maladaptive behaviors, such as binge eating	Teach healthier ways to modulate negative emotional arousal	Preliminary research shows promising results for binge abstinence.
		Achieve proficiency in four domains: mindfulness skills, distress tolerance, emotion regulation, and interpersonal effectiveness	More research must be conducted to examine its long-term efficacy and success compared with other specialist treatments

Sumber: Juliette M. Iacovino, Dana M. Gredysa, Myra Altman, and Denise E. Wilfley (2012)

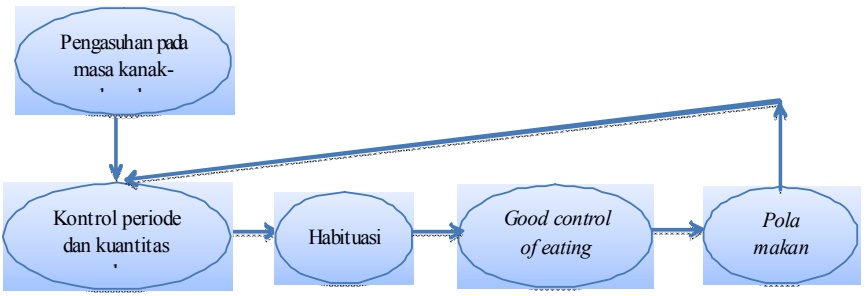
Teknik penyelesaian kasus yang dikembangkan hingga saat ini berfokus pada penyelesaian pasca terjadinya *binge eating.* Padahal, dimungkinkan terjadinya peningkatan kasus mengingat angka obesitas pada anak-anak semakin meningkat. Di Indonesia, prevalensi obesitas pada anak usia 6-15 tahun meningkat dari 5% tahun 1990 menjadi 16% tahun 2001 (BPS, 2005). *Binge eating* berhubungan dengan obesitas sejak kanak-kanak (Lamerz, dkk, 2005). Hal ini dikarenakan gangguan *binge eating* sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan di mana anak tinggal. Dengan semakin beragamnya tawaran kemudahan akses konsumsi dan faktor lainnya di dunia, dimungkinkan *binge eating* akan menjadi gangguan epidemik di masa yang akan datang sehingga wujud penyelesaian kasus yang diperlukan sangatlah berat.

Langkah preventif sangat disarankan sebagai pendekatan terpenting untuk menurunkan kemungkinan terjadinya obesitas dan terjadinya *binge eating* (Styne, 2003). Dalam Islam, dikenal istilah al-Wiqayah Khair min al-'Ilaj *(Prevention Better than Cure).* Model intervensi yang digunakan selama ini hanya mampu mengurangi dalam jumlah sedikit dan terbatas, serta hanya dilakukan oleh beberapa pihak saja. Selain itu, kelemahan yang terjadi adalah pihak-pihak yang berekonomi rendah tidak mampu menjangkau penyediaan intervensi.

Menyiasati fenomena ini, diperlukan langkah preventif untuk menyelesaikan permasalahan yang berkembang. Langkah yang dipilih ialah melalui *Binge Eating Prevention Program* (BEPP). Program intervensi ini didasarkan pada pemikiran bahwa perilaku makan pada masa kanak-kanak memiliki andil besar terhadap kehilangan kontrol makan (LOC *eating*). Penulis meyakini, pengaruh dan intervensi yang tepat pada saat kanak-kanak menjadi bagian yang penting dilakukan. National Institutes of Health Obesity Research (NIHOR, 2004) memberikan dukungan terhadap pengadaan program intervensi yang bersifat preventif. Berikut merupakan model dan intervensi preventif yang dikembangkan.



Gambar 2
2a. Pola pikir terjadinya *binge eating*



2b. Konsep intervensi *Binge Eating Prevantive Program*

Binge Eating Preventive Program (BEPP) dapat terselenggara dengan pertimbangan beberapa pihak. Adapun pihak tersebut antara lain:

1. Dinas Kesehatan

   Dinas kesehatan berperan untuk mengaplikasikan BEPP pada tataran masyarakat melalui berbagai jaringan yang dimikili, misalnya Puskesmas dan Posyandu.

2. Direktorat Bina Masyarakat (BIMAS) Islam

   Direktorat Jenderal BIMAS Islam bertindak sebagai pihak yang memberikan batasan lebih luas pada materi kesehatan tentang Kursus Calon Pengantin yang mulai diaplikasikan di Indonesia sejak tahun 2010. Berdasarkan Peraturan Nomor: DJ.II491 Tahun 2009 tentang Kursus Calon Pengantin (SUSCATIN) bagian BAB III poin (e) mengenai pentingnya pola keluaga sehat, langkah preventif dari gangguan *binge eating* dapat diintegra-

sikan pada materi kesehatan. Peraturan tersebut hendaknya tidak memberi batasan pada aspek reproduksi sehat, melainkan menjadi "Keluarga Sehat" dengan memasukkan materi *binge eating* ke dalamnya.

3. Keluarga

   Orang tua merupakan faktor terpenting untuk terselesaikannya *binge eating*, utamanya di Indonesia. Orang tua bisa menjadi model bagi anak-anak agar mengetahui perilaku konsumtif yang tepat dan yang salah. Dari permodelan inilah, perilaku makan berlebihan bisa diminimalkan atau tidak akan muncul pada diri anak.

Untuk menyukseskan *Binge Eating Preventive Program* (BEPP), diperlukan langkah strategis untuk memasukkan BEPP ke dalam tema kesehatan pada pembekalan SUSCATIN (Kursus Calon Pengantin). Hal ini merupakan upaya preventif agar dapat diterima oleh semua kalangan.

Di negara-negara lain, terdapat program yang dikenal dengan *Premarital Education Program* sebagai salah satu langkah untuk mengurangi perceraian di masing-masing Negara. Program ini bisa diintegrasikan dengan memasukkan materi BEPP sehingga masing-masing Negara memiliki dua keuntungan sekaligus.

Binge eating Binge Eating Preventive Program (BEPP) merupakan program preventif untuk memutus rantai gangguan makan berlebihan. Program ini dilakukan oleh pihak keluarga atau ahli pada masa kanak-kanak, yakni dengan melakukan penjadualan makan. Hal ini menjadikan anak terkontrol dalam periode waktu dan kuantitas makan sehingga kemungkinan mengalami episode LOC semakin rendah. Dengan mengurangi episode LOC, maka kemungkinan timbul berat badan berlebihan bisa dicegah (Kaff, 2007). Dengan demikian, kemungkinan terjadinya *binge eating* juga akan menurun.

Implementasi program ini dilakukan sesuai dengan teknis berikut: (1) Dirjen Bina Masyarakat Islam memasukkan materi 'Kesehatan Keluarga' pada materi Kursus Pra Nikah dengan mengintegrasikan pentingnya program preventif *binge eating,* (2) memberikan pengarahan terkait teknik intervensi BEPP kepada dinas kesehatan, (3) Dinas Kesehatan sebagai pihak yang bertugas menyampaikan BEPP kepada masyarakat, membantu membuatkan jadwal makan yang seimbang bagi anak dan langkah prevantif yang diperlukan, (4) program dijalankan dengan melakukan penjadualan dan kuantitas porsi makan pada masa kanak-kanak. (5) Melakukan evaluasi berkala atas aplikasi yang telah dilakukan, keluarga maupun dinas kesehatan.

Program ini mampu diaplikasikan dalam ranah luas sehingga tujuan preventif terjadinya *binge eating* bisa tercapai. Masa kanak-kanak membutuhkan kontrol yang tepat dari orang tua sehingga memungkinkan masa dewasa bebas dari *binge eating. Binge Eating Prevention Program* jika diaplikasikan dalam ranah luas memberikan kemudahan bagi pemerintah untuk menanggulangi permasalahan Negara Negara yang berkaitan dengan pengangguran. Indikasi yang muncul yakni terjadinya pengurangan kasus pada tahun 2025. Program ini mampu menghasilkan kualitas generasi bangsa yang bisa optimal.

DAFTAR RUJUKAN

Al-Asfahani, A. 1405 H. Hilyah al-Awliya' wa Tabaqat al-Asfiya' /, jilid I, II, VI, VIII, dan IX. : (cetakan IV). Beirut: Dar Al-Kutub Al'Arabi/, via software maktabah As-Syamilah

Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi Cet. Kesembila*n. Malang: UMM Press

American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders DSM-IV-TR.* Washington, DC: Authors; 2000. (www.psychiatry.org/practice/dsm/dsm-iv-tr, online, diakses 8 Juni 2013)

Ash-Shiddieqy. M. H. 1964. *Tafsir An-Nur Djuz 8.* Jakarta: N.V Bulan-Bintang.

Binjai, A. H. H. 2006. *Tafsir Al-Ahkam.* Jakarta: Kencana Prenada Media Group

BPS. *Integrasi Indikator Gizi Dalam Susenas*. Jakarta, 2005.

Brown, J. E. et.al. 2005. *Nutrition Though the Life Cycle. (2nd ed).* Wadsworth: USA.

Davison, G.C & Neale J.M. (2006). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Ghazali, I.2003. *Mukaasyafatul Qulub Terj. Rahasia Ketajaman Mata Hati Berjalan di Atas Tatanan Hidup yang Diridhai Allah.* Surabaya: Bintang Usaha Jaya.

Goossens L, Braet C, Decaluwé V. *Loss of control over eating in obese youngsters. Behav Res Ther*. 2007;45:1–9. [PubMed], (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16516139, online, diakses 8 Juni 2013)

Guyton & Hall. 2008. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11 Terjamah.* Jakarta: EGC Medical Publisher.

Hamka. 1984. *Tafsir Al-Azhar Juzu' 8*. Jakarta: PT Pustaka Panjimas.

Iacovino, Juliette M., Dana M. Gredysa, Myra Altman, and Denise E. Wilfley. 2012. *Targeting Binge Eating for the Prevention of Excessive Weight Gain: Interpersonal Psychotherapy for Adolescents at High-Risk for Adult Obesity.* I, Hiripi E, Pope HG, Jr, et al. Curr Psychiatry Rep. 2012 August; 14(4): 432–446.

(www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1949388/, online, diakses 8 Juni 2013)

Mujib, A. Dan Mudzakir, J. 2002. *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

National Institutes of Health ORTF. *Strategic Plan for NIH Obesity Research. Bethesda*, MD: NIDDK, NIH, DHHS; 2004. Aug,

(www.nih.gov/about/almanac/organization/NIDDK.htm, online, diakses 8 Juni 2013)

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran Volume 7*. Jakarta: Lenteran Hati.

Shihab, M. Q. 2002. *Tafsir Al-Mishbah Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran Volume 5.* Jakarta: Lenteran Hati.

Sujianto, A., Lubis, H., Hadi, T. 2001. *Psikologi Kepribadian cet. Kesembilan.* Jakarta: Bumi Aksara.

Sobur, A. 2009. *Psikologi Umum.* Bandung: Pustaka Setia.

Styne DM. A plea for prevention. *American Journal of Clinical Nutrition*. 2003 Aug;78(2):199–200. [PubMed] (www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12885697, online, diakses 8 Juni 2013)

Tantiani, T. 2007. *Perilaku Makan Menyimpang pada Remaja di Jakarta.* (Thesis). Program Pasca Sarjana FKM UI. Depok.

Wardhani, P. 1993. *Hubungan Antara Konsep Diri Ideal dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja Wanita Obesitas*. *Skripsi*, Surabaya : Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

JARAD COOKIES: ALTERNATIF MAKANAN HALAL DALAM MENGATASI MASALAH *UNDERNUTRITION* (*QILLAH AT-TAGHDZIYAH*) PADA MASYARAKAT EKONOMI LEMAH

Oleh :
Zidna Al 'Azizah Rosshofa, M. Alifudin Ikhsan dan
Rani Apriyanti

Kondisi *Undernutrition* di Indonesia

Undernutrition merupakan keadaan gizi seorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit daripada energi yang keluar (Wardlaw, 2007). Seseorang akan kekurangan tenaga untuk bergerak dan melakukan aktivitas (Almatsier, 2002). Kurang gizi (*undernutrition*) pada usia muda dapat berpengaruh terhadap perkembangan mental dan kemampuan berpikir. Hal ini bila dibiarkan terlalu lama akan menyebabkan penurunan kualitas sumber daya manusia.

Banyak daerah di Indonesia mengalami masalah *undernutrition*. Gejala yang timbul ketika seseorang mengalami *undernutrition* antara lain: (1) kelemahan otot dan kelelahan, (2) berkurangnya energi, (3) peningkatan kerentanan terhadap infeksi, (3) lekas marah dan pusing, (4) kulit dan rambut menjadi kering, dan (5) beberapa pasien mengalami diare terus menerus atau jangka panjang sembelit. Salah satu ragam kekurangan gizi menurut Apriadji (1986) adalah Kekurangan Energi Protein (KEP). KEP adalah sindroma gabungan antara dua jenis kekurangan energi dan protein (Almatsier, 2004). Berdasarkan data Departemen Kesehatan (2004), pada tahun 2003 terdapat sekitar 27,5% (5 juta balita kurang gizi), 3,5 juta anak (19,2%) dalam tingkat gizi kurang, dan 1,5 juta anak gizi buruk (8,3%).

Data Neraca Bahan Makanan (NBM) tahun 2009 menunjukkan ketersediaan pangan di Indonesia telah mencapai 3.194 kkal energi dan 83,35 gram protein (BPS, 2009). Hal itu telah melampui kebutuhan pangan yang diperlukan. Untuk memenuhi kebutuhan tersebut yang sering menjadi masalah adalah harga makanan bergizi yang terlampau mahal. Padahal, untuk kebutuhan protein pada laki-laki dewasa sekitar 0,57 g/kg berat badan per hari dan pada wanita dewasa 0,54 g/kg berat badan perhari.

Kondisi masyarakat ekonomi lemah di Indonesia saat ini mencapai 10,96%, meskipun presentase tersebut telah menurun dari bulan Maret tahun 2014 yakni sebesar 11,25% (Badan Pusat Statistik, 2014). Berdasarkan data di atas, dapat disimpulkan bahwa keadaan ekonomi masyarakat masih memprihatinkan. Hal ini dapat mempengaruhi tingkat kesehatan masyarakat. Indonesia adalah negara yang kaya akan sumber protein. Selain kandungan protein yang terdapat pada sapi, ayam, udang, dan lain sebagainya, sumber protein tinggi juga terdapat pada belalang. Protein pada belalang memiliki kualitas yang baik diatas protein ayam dan sapi. Belalang mempunyai kadar kolesterol dan lemak yang sangat rendah (Fauziah, 2013).

Islam, sebagai agama sekaligus pedoman kehidupan, memberikan petunjuk mengenai makanan yang memenuhi gizi dan halal, sebagaimana termaktub dalam hadis yang diriwayatkan Ibnu Majah:

أُحِلّتْ لَنَا مَيْتَتَانِ وَدَمَانِ فَأَمَّا الْمَيْتَتَانِ فَالْحُوتُ وَالْجَرَادُ

Artinya: *dihalalkan untuk kita dua bangkai yaitu ikan dan belalang* (Sunan Ibn Majah, IX, 412).

Imam al-Bukhari dalam hadisnya meriwayatkan dari Ibn Abi Awfi, "kami melakukan tujuh kali peperangan bersama Rasulullah. Ketika itu kami makan belalang sepanjang jalan." Sahabat Umar RA berkata, "Rasulullah pernah mengungkapkan keinginannya untuk makan belalang panggang." Bahkan istri Rasulullah, keluarga

dan para sahabatnya biasa saling memberi hadiah belalang. Dari semua hadis yang telah dipaparkan tersebut dapat dipastikan bahwa belalang adalah makanan yang *Halalan Toyyiban*. Dalil aqli yang memperkuat kajian ilmiah mengenai belalang yakni apabila belalang telah di konsumsi oleh Rasulullah SAW dan para sahabatnya maka kualitas kandungan gizinya sudah tidak diragukan lagi.

Tinjauan Alquran dan Hadis

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ كُلُواْ مِمَّا فِي ٱلۡأَرۡضِ حَلَٰلٗا طَيِّبٗا وَلَا تَتَّبِعُواْ خُطُوَٰتِ ٱلشَّيۡطَٰنِۚ إِنَّهُۥ لَكُمۡ عَدُوّٞ مُّبِينٌ ١٦٨

Artinya: *Hai manusia, makanlah yang halal dan baik dari apa yang terdapat di bumi dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaithan; karena sesungguhnya syaithan adalah musuh yang nyata bagimu* (Q.S. Al-Baqarah : 168)

Menurut tafsir departemen agama RI (Depag, 1975) yang diterbitkan oleh universitas Islam Indonesia menjelaskan bahwa ayat ini turun atas dasar suatu kaum yang terdiri dari bani Saqif, bani Amir bin sa'sa'ah, khuza'ah dan bani mudli yang mengharamkan makanan menurut kemauan mereka sendiri. Memakan beberapa jenis binatang seperti *Bahirah* (unta betina yang telah beranak 5 kali dan anak ke-5 nya itu jantan), serta *Washilah* (domba yang beranak 2 ekor yang satu jantan dan yang satu betina) tetapi anak domba yang jantan tidak boleh dimakan dan harus diserahkan kepada berhala. Senada dengan hal tersebut, Hasbi Ash Shidiqqie dalam tafsirnya (Ash Syiddiqie, 1976) menyatakan bahwa terdapat perintah untuk memakan makanan yang terdapat di bumi baik jenis hewan maupun tumbuhan yang telah ditetapkan (yang sudah haram telah Allah jelaskan).

Hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Majah menyebutkan belalang jika mati dengan sendirinya, sudahlah halal sehingga tidak butuh penyembelihan khusus karena bangkainya saja suci. Imam Nawawi berkata,

ويحل السمك والجراد من غـــير ذكـــاة

Artinya: *Ikan dan belalang itu halal dimakan walau tidak lewat proses penyembelihan* (Al-Majmu', 9: 72).

Konsep Dasar *Undernutrition*

Undernutrition merupakan keadaan gizi seorang dimana jumlah energi yang masuk lebih sedikit daripada energi yang keluar (Wardlaw, 2007). *Undernutrition* terjadi karena tidak cukupnya asupan makanan, perwatan yang tidak memadai dan penyakit menular. *Undernutrition* akan mengakibatkan seseorang menjadi terlalu kurus, kerdil, cepat lelah, serta kekurangan vitamin dan mineral (defisiensi mikronutrien) (Ghouwa, 2013). Anak-anak yang kekurangan gizi, ASI-nya tidak optimal, atau menderita defisiensi mikronutrien memiliki kesempatan jauh lebih rendah untuk bertahan hidup daripada anak-anak yang bergizi baik. Mereka jauh lebih mungkin untuk menderita infeksi serius dan mati dari penyakit umum yang diderita anak-anak seperti diare, campak, pneumonia dan malaria, serta HIV dan AIDS (Ghouwa, 2013).

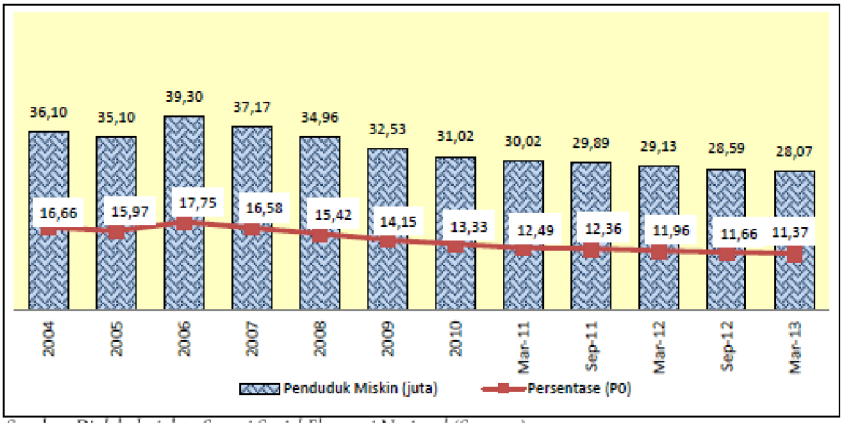
Keberhasilan pembangunan suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan sumberdaya manusia (SDM) yang berkualitas, yaitu SDM yang memiliki fisik yang tangguh, mental yang kuat, kesehatan yang prima, serta cerdas. Bukti empiris menunjukkan bahwa hal ini sangat ditentukan oleh status gizi yang baik, dan status gizi yang baik ditentukan oleh jumlah asupan pangan yang dikonsumsi. Masalah gizi kurang dan buruk dipengaruhi langsung oleh faktor konsumsi pangan dan penyakit infeksi. Secara tidak langsung dipengaruhi oleh pola asuh, ketersediaan pangan, faktor sosial-ekonomi, budaya dan politik (UNICEF, 1990). Apabila gizi

kurang dan gizi buruk terus terjadi dapat menjadi faktor penghambat dalam pembangunan nasional.

Acuan Masyarakat Ekonomi Lemah

Kemiskinan merupakan permasalahan nasional yang belum terselesaikan hingga sekarang. Menurut Schiller (1979), kemiskinan adalah ketidaksanggupan untuk mendapatkan barang-barang dan pelayanan-pelayanan yang memadai untuk memenuhi kebutuhan sosial yang terbatas (dalam Suyanto, 2010). Sedangkan menurut Badan Pusat Statistika masyarakat dalam kategori miskin apabila tingkat pengeluaran per kapita perbulan sebesar Rp 211.726,00 atau sekitar Rp 7.000,00/hari (Susanto, 2010).

Pada bulan Maret 2013, jumlah penduduk ekonomi lemah (dengan pengeluaran per kapita per bulan di bawah Garis Kemiskinan) di Indonesia mencapai 28,07 juta orang atau sekitar 11,37% (Badan Pusat Statistik, 2013). Pada tahun 2014, jumlah penduduk ekonomi lemah sekitar 10,96% (Badan Pusat Statistik, 2014). Berikut adalah grafik perkembangan tingkat kemiskinan tahun 2004 sampai dengan Maret 2013.



Sumber: Diolah dari data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas)

Gambar 1 Perkembangan Kemiskinan di Indonesia
Sumber: **Badan Pusat Statistik tahun 2013**

Belalang dalam Prespektif Keilmuan

Banyak masyarakat tidak menyadari banyak sumber makanan mengandung protein tinggi yang mampu menanggulangi kasus KEP. Salah satu sumber makanan tersebut adalah belalang. Dalam kajian ilmiah, belalang merupakan hewan yang memiliki beragam jenis kandungan nutrisi penting seperti vitamin, asam lemak esensial dan mineral dan sumber protein yang lebih baik dibandingkan sapi dan ayam. Belalang mempunyai kadar kolesterol dan lemak yang sangat rendah (Fauziah, 2013). Didalam 100 gram belalang dewasa mengandung protein 23,6 gram; lemak 6,1 gram; kalsium 35,2 miligram, dan 5 miligram besi. Kandungan proteinnya sekitar 20 persen, tetapi pada yang kering sekitar 40 persen. Kulit belalang mengandung zat kitosan seperti udang. Belalang dapat memenuhi 25 hingga 30 persen kebutuhan vitamin A. Belalang dapat menjadi alternatif untuk membantu memenuhi kecukupan protein, zat yang sangat dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan.

Menurut Kusmaryani (2005), kandungan protein pada belalang mencapai 62,2% tiap 100 gramnya. Angka ini cukup tinggi dibandingkan dengan angka protein yang terkandung pada makanan protein lainnya seperti udang segar (21%), daging sapi (18,8%), daging ayam (18,2%), telur ayam (12,8%), dan susu sapi segar (3,2%). Kadar protein tersebut menjadikan belalang aman untuk dikonsumsi karena tidak menimbulkan efek yang beracun atau berbahaya (Kompas, 2011).

Konsep *Jarad Cookies* dalam Memecahkan Masalah *Undernutrition* (*qillah at- taghdiyyah*) bagi Masyarakat Ekonomi Lemah

Belalang merupakan serangga yang masih kurang dimanfaatkan oleh masyarakat karena merusak tanaman padi. Namun tanpa disadari belalang memiliki kandungan gizi yang tinggi khususnya protein. Protein merupakan zat yang dibutuhkan oleh tubuh terutama balita karena berperan penting dalam proses tumbuh kembangnya. Menurut Kusmaryani (2005), kandungan protein pada belalang mencapai 62,2% tiap 100 gramnya. Setelah diketahui

tingginya kandungan protein yang ada dalam belalang seharusnya masyarakat Indonesia dapat memanfaatkan belalang semaksimal mungkin. Ditambah dalam Alquran dan Hadis belalang sangat diistimewakan, yakni Rasulullah , keluarga dan para sahabatnya gemar mengkonsumsi belalang dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan pada saat berperang, belalang dijadikan sebagai bahan persediaan makanan. Manfaat belalang sudah dirasakan oleh masyarakat sejak zaman Rasulullah. Kandungan protein pada belalang bisa menambah energi yang diperlukan oleh manusia karena protein berguna sebagai zat pembangun.

Makanan adalah salah satu kebutuhan pokok bagi manusia. Tubuh manusia terbentuk dari apa yang dimakannya. Makanan itu pula dihasilkan tenaga atau energi yang perlu untuk kelangsungan hidup dan untuk aktivitas fisiknya. Apabila tidak ada makanan, niscaya tidak ada kehidupan (Tien, 2006).

Belalang aman dikonsumsi meskipun tanpa melewati proses penyembelihan. Bahkan belalang yang sudah menjadi bangkai tetap dihalalkan. Kandungan gizinya pun tidak berubah. Banyak masyarakat menganggap belalang sebagai hama, tetapi dibalik prasangka manusia itu ternyata Allah memberi suatu kemanfaatan melalui belalang yakni kandungan proteinnya yang tinggi dan kaya akan zat gizi lainnya.

Sebagaimana firman Allah dalam Surah QS. Al-Baqarah: 172 "*Hai orang-orang yang beriman, makanlah yang baik dari yang telah Kami rizkikan kepadamu.*". Semua yang Allah ciptakan dimuka bumi ini adalah untuk dimanfaatkan dengan baik oleh manusia, sesuai dengan firman Allah :

هُــوَ الَّــذِي خَلَــقَ لَكُــمْ مَــا فِــي الْــأَرْضِ جَمِيعًــا

Artinya: *Dia-lah Allah, yang menjadikan segala yang ada di bumi untuk kamu* (QS. Al-Baqarah: 29).

Telah dijelaskan adanya keterkaitan zat-zat gizi dalam makanan dengan Alquran untuk peningkatkan kesehatan terlihat dalam surat al-Maidah ayat 96, al-Mu'minun ayat 21, an-Nahl ayat 69, al-A'raf ayat 31 dan Sabda Rasulullah SAW serta diet dan pola makan Rasulullah SAW. Keterkaitan zat-zat gizi dalam makanan dengan Alquran sebagai pengimplementasian gizi seimbang dan peningkatan kesehatan telah terlihat jelas.

Perspektif keilmuan Islam telah membuka lebar jalan inovatif yang dapat digali dari sumber utama pedoman umat Islam, yakni Al-Quran dan al-Hadis. Pada kedua sumber utama tersebut terbentang luas samudra ilmu yang tiada habisnya apabila dipelajari. keterkaitan zat-zat gizi dalam makanan dengan Alquran sebagai pengimplementasian gizi seimbang termaktub dalam Alquran dan al-Hadis.

Berdasarkan data Departemen Kesehatan (2004), pada tahun 2003 terdapat sekitar 27,5% (5 juta balita kurang gizi), 3,5 juta anak (19,2%) dalam tingkat gizi kurang, dan 1,5 juta anak gizi buruk (8,3%). Kekurangan energi protein (KEP) menjadi faktor terbesar yang melatarbelakangi peningkatan angka kurang gizi di Indonesia. Hal ini disebabkan karena pendistribusian bahan makanan kandungan energi protein yang kurang merata. Keberadaan bahan makanan yang ada diberbagai wilayah kebanyakan memiliki harga yang terlampau mahal. Sehingga masyarakat menengah kebawah kesulitan untuk membelinya. Padahal kekurangan energi protein pada tubuh dapat menyebabkan fisik menjadi lemah, penurunan dalam berpikir, dan tidak adanya cadangan makanan dalam kondisi tubuh yang darurat.

Langkah yang sudah dilakukan untuk menanggulangi kekurangan energi protein (KEP) adalah mengatasi kegawatan yang ditimbulkan akibat *undernutrition*. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian makanan sesering mungkin, mengusahakan penerimaan tubuh terhadap diet yang diberikan, pengelolaan infeksi dan stimulasi (Effendi, 2011).

Pemecahan masalah yang telah dilakukan diatas sudah sangat tepat. Pada karya tulis ilmiah Alquran ini menawarkan terobosan terbaru dalam usaha preventif untuk mengurangi penderita kekurangan energi Protein (KEP) di Indonesia. Yakni jangkauan menyeluruh untuk pemenuhan energi protein dengan *Jarad Cookies* dirasa lebih efektif dan efisien. Selain cookies tersebut makanan ringan yang memiliki rasa, bentuk, warna yang menarik, *Jarad Cookies* murah dan tahan lama. Sehingga seluruh daerah dapat mengkonsumsi makanan ringan yang kaya akan energi protein yang sangat dibutuhkan tubuh.

Jarad Cookies yang dibuat meliputi dua jenis. Pertama, *Jarad Cookies* yang khusus untuk balita-lansia, yakni menyerupai biskuit kering yang mudah digenggam, bentuk bervariasi, warna menarik, dan bertekstur sangat halus. Kedua, *Jarad Cookies* yang lebih umum, yakni juga memiliki variasi bentuk, warna, rasa, dan tekstur yang sesuai dengan remaja sampai dewasa.

Langkah Strategis Pemasaran *Jarad Cookies* Menurut Skala Prioritas Angka Kurang Gizi di Indonesia

World Health Organization (1999) mengelompokkan wilayah berdasarkan prevalensi gizi kurang kedalam empat kelompok yaitu rendah (dibawah 10%), sedang (10-19 %), tinggi (20-29%) dan sangat tinggi (30%). Dengan menggunakan pengelompokkan prevalensi gizi kurang berdasarkan WHO, Indonesia tahun 2004 tergolong negara dengan status kekurangan gizi yang tinggi karena 5.119.935 (atau 28,47%) dari 17.983.244 balita di Indonesia termasuk kelompok gizi kurang dan gizi buruk.

Dari firman Allah diatas telah jelas bahwa semua yang Allah ciptakan untuk ke*maslahatan* umat, tetapi masih banyak rakyat dibeberapa negara berkembang mengalami Kekurangan Energi Protein (KEP) yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi makanan kedalam tubuh. Salah satu faktornya adalah tingginya harga bahan makanan yang bergizi untuk dikonsumsi. Padalah sudah banyak alternatif untuk menangani masalah kekurangan

asupan gizi, disinilah salah satu masalah yang terjadi pada masyarakat yaitu kurangnya pengetahuan masyarakat akan alternatif yang dapat dilakukan untuk memecahkan masalah kekurangan gizi salah satunya KEP.

Dari data kurang gizi di Indonesia yang tinggi diatas, pemasaran *Jarad Cookies* sudah seharusnya berdasarkan skala prioritas angka kekurangan gizi. Yakni langkah strategis yang dapat dilakukan melalui pengelompokan daerah-daerah terparah dari angka kurang gizi, dilanjutkan daerah yang tidak terlalu parah, dan seterusnya. Selanjutnya, mulai rencana pendistribusian pada daerah yang paling kurang energi protein. Apabila daerah yang kekurangan energi protein dari yang terparah hingga yang ringan telah terjangkau, maka pendistribusian dilanjutkan pada daerah yang aman dari kekurangan energi protein.

Dengan prioritas pendistribusian yang akan dijalankan, maka diharapkan dapat menekan angka kurang gizi di Indonesia. Bahkan apabila usaha produksi *Jarad Cookies* ini dilakukan secara berkesinambungan kemungkinan besar akan terwujud masyarakat Indonesia yang sehat dan intelektual.

Jarad Cookies merupakan makanan ringan yang memiliki rasa, bentuk, warna yang menarik, sehingga seluruh daerah dapat mengkonsumsi makanan ringan yang kaya akan energi protein yang sangat dibutuhkan tubuh. Selain itu, *Jarad Cookies* lebih efektif dan efisien. Pemasaran dari *Jarad Cookies* ini, dikemas dalam bentuk pengelompokan daerah-daerah terparah dari angka kurang gizi, dilanjutkan daerah yang tidak terlalu parah, dan seterusnya sehingga seluruh daerah bisa terjangkau. Diharapkan dapat menekan angka kurang gizi di Indonesia. Bahkan apabila usaha produksi *Jarad Cookies* ini dilakukan secara berkesinambungan kemungkinan besar akan terwujud masyarakat Indonesia yang sehat dan intelektual.

DAFTAR RUJUKAN

Al-Qurthubi. 1992. *Tafsir Al-Qurthubi* X; Al Jami' Al Ahkam Al Quran. (e-Book Online) diakses di http://www.sifatu safwa.com/en/tafseer-quran-sciences/710-tafsir-al-qurtubi-al-jami-li-ahkam-Al Quran.html pada 15 Mei 2014

Al-Maraghi, Ahmad Mustofa. 1992. *Tafsir Al-Maraghi*. Surabaya : Al Hidayah.

Adelina. Novita. 2009. Status Gizi. Jakarta: Universitas Indonesia

Admin. 2011. Abon Belalang. (Online) http://fmipa.uny.ac.id/berita/abon-belalang.html diakses 28 Oktober 2013

Al-'Asqolani, Ibnu Hajar. 2003. *Terjemah Bulughul Marom Cetakan Pertama*. Bogor: Pustaka Ulil Albab

Badan Pusat Statistik. 2013. *Profil Kemiskinan di Indonesia Maret 2013*. (online) diakses di laman www.bps.go.id pada 20 Maret 2015

Badan Pusat Statistik. 2014. *Jumlah dan Presentase Penduduk Miskin, Garis Kemiskinan, dan Indeks Kedalaman Kemiskinan*. (online) diakses di laman www.bps.go.id pada 20 Maret 2015

Tohar, Muhammad Sohib. 2012. *Alquran Ar-RazaaqI*. Bandung : Mikraj Khasanah Ilmu

Cornelius, denny. 2008. Tepung Belalang Kayu. (Online) http://www.scribd. com/doc/ 101189263/17523467-KIR-IPA-Tepung-Belalang-Kayu diakses 27 September 2013

Depag, RI. 2009. *Alquran dan Tafsirnya Volume 14*. Jakarta: Duta Grafika.

Desrosier, Norman. W. 1988. *Teknologi Pengawetan Pangan Cet. Ketiga*. Jakarta : Universitas Indonesia (UI-Press)

Efendi, Mohammad. 2011. *Pengantar Kesehatan dan Gizi Anak*. Malang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang

Ibnu Katsir. 1999. *Tafsir Alquran al-'Adzim***.** Daru Thoybah li, via *software maktabah As-Syamilah*

Kamilin, Asri Diana. 2013. *Relaxation-Story Before Sleeping (R-Sbs): Pemanfaatan Instrumen Relaksasi (At-Tarwih) Berbasis Kisah*

Teladan (Al-Amtsal) Sebagai Media Internalisasi Nilai-Nilai Qur'ani Pada Anak. Malang : (Karya Tulis Ilmiah Al Quran disampaikan pada Lomba Karya Tulis Al Quran Nasional di ITS Surabaya).

Kompasiana. 2011. (Online) http://wisata.kompasiana.com/kuliner/2012/12/22/ hmm-gurihnya-belalang-goreng-gua-pindul-513049.html diakses 28 Oktober 2013

Muchtadi, R. Tien. 1997. *Teknologi Proses Pengolahan Pangan Cet. Kedua*. Bogor : IPB Press

Nicholls, Lucius. 1987. *Ilmu Gizi dan Ilmu Diit Di Daerah Tropik Cet. Kedua*. Jakarta : Balai Pustaka

Nurhayati, Fauziah Insani, *Fin Narsh*, Tohari. 2013

Olson, Robert E. 1987. *Energi dan Zat-zat gizi*. Jakarta: PT Gramedia

Olson, Robert E., Harry P. Broquist, C.O. Chichester, William J. Darby, Albert C

Kolbye, Jr. Richard M. Stalvey. 1987. *Pengetahuan Gizi Mutakhir Energi dan Zat-zat Gizi*. Jakarta : PT Gramedia

Ryadi, Slamet. 1982. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Surabaya: Usaha Nasional.

Riyadi, A.L. Slamet. 1982. *Ilmu Kesehatan Masyarakat Edisi Revisi*. Surabaya : Usana offset printing

Susanto, Abdi. 2013. *Indonesia Gizi Buruk*. (online) http://health.liputan6. com/read/545912/di-indonesia-gizi-buruk-47-persen-kekurangan-gizi-179-persen 27 September 2013

Suyanto, Bagong. 2010. *Kemiskinan dan Pemberdayaan Masyarakat Miskin*. (online) www.mkp.fisip.unair.ac.id diakses pada 20 Maret 2015

CINTA TANAH AIR (*HUBB AL-WATAN*) DALAM PRESPEKTIF ISLAM; KONSEP TIPOLOGI MODERAT (*AL-MUTAWASSITH*) DALAM BINGKAI NEGARA KESATUAN REPUBLIK INDONESIA

Oleh :
M. Alifudin Ikhsan

Tanah air dapat juga diartikan sebagai *nation state* yaitu tempat untuk mencapai tujuan tertentu (Busroh, 2010). Cinta tanah air merupakan tabiat alami yang dimiliki manusia karena disitulah mereka di lahirkan, dirawat, dididik, dan disayang. Perasaan rindu akan kampung halaman merupakan salah satu bukti bahwa kita masih mempunyai rasa cinta tanah air tetapi belum tentu kadarnya tinggi (Tim Penyusun PAI, 2013).

Kecintaan akan tanah air akan menjadikan kita memiliki solidaritas yang tinggi terhadap sesama manusia dalam membentuk *ukhuwah Islamiyah* sebagaimana yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW. Rasa persatuan dan kesatuan umat akan tercapai jika setiap manusianya mampu memiliki rasa cinta terhadap negerinya, baik dalam SDA, produk, mata uang dan lain sebagainya.

Alquran dan Cinta Cinta Tanah Air

Dalam Alquran tidak dijelaskan secara pasti akan pentingnya rasa cinta tanah air (*Hubb al-Watan*) tetapi nilai-nilai yang terkandung didalamnya mampu menjawab segala macam pertanyaan tentang pentingnya cinta tanah air. Diantara nilai-nilai tersebut adalah semangat persatuan dan kesatuan serta tuntunan untuk selalu menghormati dan menghargai sesama manusia. Inilah salah

satu nilai dari cinta tanah air yang ada dalam Alquran, tentu saja nilai tersebut bukanlah satu-satunya nilai yang mencerminkan cinta tanah air melainkan masih banyak nilai-nilai yang terkandung di dalam firman Allah ini.

Dalam Al-Quran surat Al-Hujurat 49: 13 Allah berfirman yang artinya sebagai berikut :

يَٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ إِنَّا خَلَقۡنَٰكُم مِّن ذَكَرٖ وَأُنثَىٰ وَجَعَلۡنَٰكُمۡ شُعُوبٗا وَقَبَآئِلَ لِتَعَارَفُوٓاْۚ إِنَّ أَكۡرَمَكُمۡ عِندَ ٱللَّهِ أَتۡقَىٰكُمۡۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٞ ١٣

Artinya: *Wahai manusia! Sungguh, Kami telah menciptakan Kamu dari seorang laki-laki dan seoang perempuan, kemudian kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling bertaqwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui lagi Maha Meneliti* (Q.S. Al-Hujurat 49:13)

Dalam tafsir yang diterbitkan oleh Departemen Agama RI (Depag, 2009) disebutkan bahwa kata *Syu'ub* (al-Hujurat 49:13) mrupakan bentuk plural *(jama')* dari kata *Sya'b* yang berarti bangsa (*nation*) yang biasanya terdiri dari beberapa suku atau kabilah yang bersatu dibawah aturan-aturan yang disepakati bersama. Dalam konteks ayat ini, Allah menjelaskan bahwa Dia menciptakan manusia dari laki-laki dan perempuan dan menjadikannya berbangsa-bangsa dan bersuku-suku. Kemudian kata *Qaba'il* (al-Hujurat 49) juga meruakan bentuk jamak dari kata *Qabilah* yang berarti suku atau kabilah. Biasanya kata ini muncul didasarkan pada banyaknya keturunan yang menjadi kebanggaan yang kemudian bersatu. Pada dasarnya dua kata diatas merujuk pada pembentukan bangsa atau negara yang diawali dengan adanya rasa persatuan dan ksatuan serta rasa bangga akan tanah tumpah darahnya.

Apabila kita lihat bersama, ayat ini menganjurkan kita untuk tetap saling megormati dan menghargai perbedaan. Sebagaimana penyebab turunnya ayat ini (Shihab, 2002) menyebutkan bahwa "Diriwayatkan oleh Abu Mulaikah ahwa tatkala pembebasan kota Makkah dibawah kepemimpinan Rasulullah pada tahun 8 Hijriyah, Rasulullah menyuruh saabat Bilal untuk neik ke atas Ka'bah dan mengumandangkan adzan. 'Attab bin Usaid keika melihat Bilal naik ke atas Ka'bah untuk mengumandangkan adzan berkata "Segala puji bagi Allah yang telah mewafatkan ayahku sehingga tidak sempat menyaksikan peristiwa ini" Haris bin Hisyam kemudian berkata "Muhammad tidak akan menemukan orang lain untuk menguumandangkan adzan selain burung gagak yang hitam ini". Maksud dari perkataan mereka adalah mencemooh Bilal yang kulitnya berwarna hitam pekat. Kemudian turunlah malaikat Jibril memberitahukan kepada Rasulullah tentang hal ini. Maka turunlah ayat ini tentang larangan menusia untuk menyombongkan diri dan menghargai sesama.

Nilai-nilai seperti inilah yang memupuk rasa cinta tanah air (*hubb al-watan*) yang hakikatnya adalah rasa cinta terhadap negeri yang tidak memandang semua perbedaan dengan permusuhan meliankan memandangnya sebagai anugerah Allah SWT (Zuhri, 2013).

Cinta tanah air (*hubb al-watan*) menimbulan semangat nasionalisme (Kansil, 2011), yaitu esadaran akan kesetiaan dan cinta tanah air memiliki kebanggaan sebagai bangsa, atau memeihara kehormatan bangsa, memiliki rasa solidaritas terhdap ummat, serta memiliki rasa persatuan dan kesatuan yang tinggi. Islam sebagai agama yang mulia mengajarkan tentang pentingnya rasa persatuan dan kesatuan yang diawali dengan adanya rasa saling menghormati dan menghargai perbedaan degan tidak salaing mencemooh dan mencela pihak lain atau suku bangsa lain. Indnesia adalah negara yang beragam maka dengan kebergaman inilah setidaknya merupaa hal ang sangat baik untuk mengembangan rasa akan cinta tanah iar.

Nasionalisme atau cinta tanah air hendaknya dipahami secara luas dan dimengerti maksud serta tujuannya. Secara ringkas bahwa nasionalisme merupakan paham kebangsaan yang meakukan kesetiaan yang tinggi individu terhadap bangsa dan tanah airnya dengan memegang prinsip-prinsip kebersamaan, persatuan dan kesatuan serta demokrasi. (Stoddart, 1969). Indonesia merupakan negara yang besar memiliki beragam budaya, memiliki identitas dan lambang negara, memiliki semangat berkorban untuk negara, melindungi dan memelihara lingkungan hidup, serta mengisi kemerdekaan dengan nilai-nilai uhur Pancasla serta kearifan lokal. Nilai-nilai pancasila perlu untuk dipertahankan yang merupakan salah satu syarat mutlak untuk manusia Indonesia yang harus tetap dipegang teguh sesuai dengan nilai-nilai Pancasila yang elah ada (Kansil, 2011).

Diantara bukti ajaraan islam lainnya tentang cinta tanah air adalah sikap Rasulullah SAW ketika meninggalkan Makkah untuk hijrah, Beliau bersabda :

Artinya: "*Dari Abdullah bin Anas RA Rasulullah bersabda, Sungguh, Engkau adaah bumi Allah ang paling baik, alangkah besarnya kecintaanku padamu (kota Makkah), kalaulah bukan karena penduduknya yang mengusirku darimu, maka pasti aku tak akan pernah meninggalkanmu*" (HR. Tirmidzi)

Sesampainya di Madinah beliau berdo'a agar diberikan rasa cinta pula terhadap Madinah,

Artinya: "*Ya Allah, Cintakanlah kota Madinah ini kepada kami, sebagaimana engkau mencintakan kota Makkah kepada kami, bahkan lebih*" (HR. Bukhari, Malik, dan Ahmad)

Pernyataan diatas merupakan perwujudan dari rasa cinta Rasulullah terhadap negerinya. Negeri sudah menjadi rumah yang telah memberikan segala yang terbaik terhadap penghuninya. Apabila Islam telah menganjurkan tentang rasa cinta tanah air seperti ini, mak sudah selayaknya kita menolak bulat pihak-pihak

yang mengharamkan cinta tanah air, karene itu sangat bertentangan dengan nilai-nilai Islam itu sendiri.

Konsep Tipologi Moderat (Al-Mutawassith) dalam Mengaji NKRI

Seperti yang kita ketahui sebelumnya bahwa terdapat beberapa golongan yang ingin memecah rasa persatuan dan kesatuan umat dengan mendirikan Negara Islam Indonesia. mereka berpandangan bahwa negara dan agama merupakan unsur yang satu, merea juga megnginkan syari'at Islam menjadi dasar negara dan semua peraturan dan keputusan yang ada di dalamnya. Kelompok ini biasa disebut kelompok fundamental (*Al-Isam As-Siyasiy*). Kelompok ini memiliki tauhid *mulkiyah* disamping tauhid *rubbubiyyah* dan *uluhiyyah* (Tim Penyusun PAI, 2013)

Apabila prinsip ini diterapkan pada masyarakat Indnesia tentu akan terjadi pertumpahan darah yang tiada henti antara kelomok satu dengan kelompok yang lain. Jika hal ini terjadi maka keadaan cinta tanah air (*hubb al-Watan*) yang didasari oleh rasa persatuan dan kesatuan tidak akan mungkin terwujud. Rasulullah SAW mengajarkan bahwa Islam adalah agama yang damai, dan tidak saling memusuhi. Sebagaimana telah dicontokan dalam piagam perjanjian Madinah yang isinya antara lain menghormati kebebasan beragama dalam wilayah Madinah. Dari contoh "Negara Madinah" yang dipimpin Rasulullah inilah suatu konsep negara yang patut untuk dicontoh, dimana madinah sangat menghormati kebebasan suku, budaya, adat, dan hak-hak yang dimiliki oleh setiap penduduknya (Thowwaf, 2013).

Konsep tipologi moderat (*al-Mutawassith*) beranggapan bahwa Islam tidak mengatur sistem ketatanegaraan, tetapi terdapat seperangkat nilai dan etika Islam dalam menjalankan sistem pemerintahannya. Tidak ada satupun nash dalam Alquran dan al-Sunnah yang menghruskan memakai negara Islam. (Iqbal & Nasution, 2010) Nasionalisme hanya dapat terbentuk karena adanya kesamaan negara, jika terdapat satu golongan yang tidak merasa

mempunyai negara tersebut, maka juga akan mustahil terbentuk rasa cinta tanah air di dalam dirinya. (Ikhsan, 2013) dalam membentuk sikap cinta tanah air (*hubb al-Watan*) maka terlebih dahulu disamakan pandangan mengenai nagara itu sendiri. Penulis berendapat bahwa negara tidak akan makmur dan sejahtara jika terdapat negara dalam negara. Sikap nasionalisme atau cinta tanah air akan dengan sendirinya menyatu pada setiap insan yang dilahirkan, dikembangkan, dididik dan dirawat di bumi kelahirannya.

Menurut Greg Barton terdapat lima ciri yang menonjol dari konsep moderat ini, yaitu (1) gerakan pemikiran progresif yang mempunyai sikap positif terhadap moderenisasi, perubahan, dan pembangaunan tetapi dibatasi dengan nilai-nilai lokal, (2) membela ide-ide liberal tetapi juga mengajukan argumentasi bahwa Islam juga mempunyai aturan khusus mengenai HAM dan demokasi, (3) mengafirmasi semangat nasionalisme dalan kehidupan bernagsa dan bernegara karena Alquran dan al-Sunnah tidak pernah menyuruh untuk mendrikan negara Islam, (4) mengedepankan pemahaman Islam yang terbuka, inklusif, dan erdemokrasi terutama pda masyarakat yang plural seperti Indonesia, dan (5) selalu berijtihad dalam membuat sintetis antara khazanah pemilikiran islam tradisional dengan gagasan-gagasan modern. (Masdar, 1999)

Keabsahan kedaulatan NKRI juga dapat dilihat dari terapainya *maqasid al-syariyah* (tujuan-tujuan syariat) yakni demi menjaga kesejahteraan kan kemaslahatan ummat. Terkait dengan ini, al-Ghazali (1988) dalam kitab al-'Iqtishod fil "Itiqad menyatakan bahwa "*dengan demikian tidak bisa dipungkiri kewajiban mengangkat seorang pemimpin (presiden) karena mempunyai manfaat dan menjaga menjauhkan mudharat di dunia ini*"

Kedudukan bangsa Indnesia sama seperti keadaan Madinah tempo dulu, yang kaya akan budaya lokal, agama, ras, golongan, dan adat istiadat. Kedudukan prinsip empat pilar kehidupan bernagsa dan bernegara identik dengan piadam madinah yang digagas oleh Rasulullah, yakni sebagai wadah kebhinnekaan

bangsa. Manifesto esensial *khilafah Islamiyah* dalam pandangan *al ahl al sunnah wa al jamaah* adalah sebuah sistem pemerintahan yang demoratis, maslahat, moderat, dan *rahmatan lil alamian*, bukan suatu negara yang berdiri didalam negara seperti NII.

Dalam suatu maqalah atau syair Arab terdapat ungkapan *"Hubbul Watan Minal Iman"* yang berarti cinta tanah air itu sebagian dari iman. Konsep tipologi moderat (*al-Mutawassith*) merupakan salah satu program preventif terjadinya perpecahan dikalangan umat islam, karena dengan adanya gagasan ini yang lebih menyoroti masalah negara islam yang ada di Indonesia serta beberapa dalil yang menunjukkan bahwa NKRI itu masih sah dan tidak tergantikan. NKRI menjamin tercapainya tujuan nasional yang sesuai dengan *maqasid al-syariyah* menuju negara yang *baldatun toyyibatun wa rabbun ghafuur*.

DAFTAR RUJUKAN

Al-Ghazali, Imam. 1988. *Al-Iqtishod Fil I'tiqod : Taqdim, Ta'liq, dan Syarah*. Cairo.

C.S.T. Kansil, 2011. *Empat Pilar Berbangsa dan Bernegara*. Jakarta : Rineka Ilmu.

Depag RI. 2009. *Alquran dan Tafsirnya Jilid 9*. Jakarta: Duta Grafika.

Ikhsan, M Alifudin. 2013. *Pendidikan Pancasila Sebagai Pilar Beretika Warga Negara*. Malang : Makalah disampaikan dalam diskusi matakuliah pendidikan pancasila di gedung I1.105 pada 26 November 2013.

Iqbal, Muhammad. 2010. *Pemikiran Politik Islam : Dari Masa Klasik Hingga Kontemporer*. Jakarta : Preneda Media Grup.

Sekretariat MPR RI. 2013. *Empat Pilar Kehidupan Berbangsa dan Bernegara*. Jakarta : MPR RI.

Shihab, M. Quraish. 2002. *Tafsir al-Misbah : Pesan, Kesan, dan Keserasian al-Quran Volume 13*. Jakarta : Lentera Hati.

Thowwaf, Siti Malikah. 2013. *Bahan Ajar Matakuliah PAI UM*. Malang : Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Malang.

Tim Penyusun PAI. 2013. *Pendidikan Islam Transformatif : Menuju Pengembangan Pribadi yang Berkarakter*. Malang : Gunung Samudera.

Zuhri, Saefudin. 2010. *Aswaja Menghadapi Tantangan*. Mojokerto : PCNU Mojokerto.

....., 2011. *Kitabul Akbar : Alquran dan Terjemahannya*. Jakarta. Akbar Media.

RANCANGAN INDIKATOR PEMBEDA PADA PENGEMIS SEBAGAI SOLUSI TERHADAP SIKAP DERMAWAN MASYARAKAT

Oleh :
Zuroidah Zeni Nurushofa dan Fifi Amalian Dewi

Pengemis dan Realita Kedermawanan

Indonesia merupakan negara yang kaya akan sumber daya alamnya. Namun kekayaan alam saja tidak cukup untuk membuat Indonesia menjadi negara yang maju. Masih ada beberapa faktor yang harus terpenuhi untuk menuju negara yang maju, salah satu faktor pemicu yang menghalangi Indonesia menjadi negara maju adalah karena masih rendahnya pendapatan perkapita yang dimiliki akibat lemahnya sistem manajemen SDM. Negara Maju berarti negara yang jauh dari kata terbelakang. Menurut Paul Hoffman (1993), keadaan suatu negara terbelakang dapat digambarkan dalam suatu ungkapan sebagai berikut: setiap orang dapat memahami suatu negara terbelakang apabila ia melihatnya. Ia adalah suatu negara yang ditandai oleh kemiskinan, kota yang dipadati oleh pengemis dan penduduk desa yang sulit untuk mencari nafkah di kampung halamannya sendiri. Dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 Tahun 1980 tentang Penanggulangan Gelandangan dan Pengemis Pasal 1 Ayat 2, dikatakan bahwa pengemis adalah orang-orang yang mendapatkan penghasilan dengan meminta-minta dimuka umum dengan berbagai cara dan alasan untuk mengharapkan belas kasihan orang lain. Dengan adanya peraturan pemerintah tersebut menunjukkan

bahwa keberadaan pengemis sudah tidak asing lagi dikalangan masyarakat luas dan telah menjadi permasalahan yang mengakar di negara ini.

Semakin menjamurnya pengemis pada hakikatnya bukan hanya diakibatkan karena permasalahan ekonomi yang mendesak melainkan karena bagi sebagian orang mengemis memang merupakan suatu profesi yang cukup menjanjikan. Tidak semua pengemis yang turun ke jalanan dan melakukan aksi meminta-minta dilakukan karena terdesak kebutuhan ekonomi melainkan karena memang tuntutan profesi. Tidak jarang juga orangtua yang justru tega mempekerjakan anaknya untuk turun ke jalanan dan meminta-minta dibawah terik matahari, dimana pada usia mereka seharusnya pergi ke sekolah dan menuntut ilmu. Mereka tidak berfikir jika hal itu terus dilakukan lantas apa yang terjadi pada Indonesia beberapa tahun ke depan dengan generasi tanpa pendidikan dan mental peminta-minta? masih mampukah Indonesia menghadapi persaingan dunia global?. Bukankah daripada memanfaatkan anak kecil dan pemuda untuk mengharapkan belas kasihan orang lain bukankah lebih baik mempersiapkan bangsa ini menghadapi perkembangan dunia dengan memperbaiki sistem manajemen SDM dengan lebih selektif dalam menderma pada pengemis.

Selama ini telah banyak upaya yang dilakukan pemerintah mulai dari penertiban satpol PP hingga pengeluaran peraturan pemerintah yang memberikan sanksi bagi peminta-minta maupun pemberi itu sendiri, namun upaya itu masih belum mendapatkan hasil yang maksimal karena masih banyak individu maupun golongan yang tetap melanggar peraturan tersebut dengan alasan iba maupun alasan tertentu lainnya.

Oleh karena itu, diperlukan kemampuan untuk mengetahui perbedaan antara pengemis profesi dan pengemis hakiki yang mana selama ini masyarakat lebih menerima perasaan dibandingkan dengan logika yang mana belum tentu yang terlihat adalah keadaan yang sebenarnya, meskipun tidak dapat dipungkiri pula bahwa

tidak semua pengemis seperti itu. Sehingga perlu adanya indikator pembeda diantara keduanya sebagai dasar dalam menumbuhkan kepekaan masyarakat dalam bertindak dengan cara megilmiahkan logika yang sering diabaikan masyarakat sehingga dapat membatasi ruang gerak pengemis profesi dalam beroperasi.

Fenomena Mengemis sebagai "Budaya"

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengemis berasa dari kata dasar "emis" yang berarti tindakan meminta dengan merendah-rendah dan dengan penuh harap, sehingga dapat dikatakan bahwa pengemis adalah orang yang meminta-minta dengan penuh harap. Dalam Peraturan Pemeritah Republik Indonesia No. 31 tahun 1980 tentang Penanggulangan Gelandang dan Pengemis Pasal 1 Ayat 2, pengemis diartikan sebagai orang-orang yang mendapatkan penghasilan dengan meminta-minta di muka umum dengan berbagai cara dan alasan untuk mengharapkan belas kasihan orang lain.

Banyak faktor yang menyebabkan seseorang memutuskan untuk megemban profesi sebagai pengemis. Pertama, faktor ekonomi. Keadaan ekonomi yang kurang dari kata cukup bahkan minus dihadapkan dengan biaya hidup yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari sehingga membuat seseorang berpikir untuk mengambil jalan pintas dalam menghasilkan uang. Kedua, pendidikan. Kekayaan akan pengetahuan menjadi faktor penting dalam persaingan global. Kebanyakan pengemis berpendidikan rendah sehingga mereka tidak memiliki kesempatan untuk berperan dalam masyarakat. Selain itu, seseorang dengan pengetahuan rendah serta hanya ingin berpikir secara simpel membuatnya terhindar dari kata usaha dan mengambil jalan mudah untuk menghasilkan uang, yaitu mengemis. Ketiga, ketergantungan. Hal ini murni berasal dari individu masing-masing dimana sifat malas mendominasi dalam pribadinya sehingga ia hanya mampu bergantung pada orang lain. Keempat, lingkungan. Ketiga faktor tersebut ditambah dengan faktor lingkungan menjadi penyebab kuat yang

menginspirasi seseorang memutuskan untuk menjadi pengemis (Pandu Varian dalam Sudahri, 2014).

Alkostar (1984) dalam penelitiannya tentang kehidupan gelandangan juga melihat bahwa terjadinya gelandangan dan pengemis dapat dibedakan menjadi dua faktor penyebab, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi faktor sosial, kultural, ekonomi, pendidikan, lingkungan, agama dan letak geografis. Sedangkan faktor internal meliputi sifat malas, tidak mau bekerja, mental yang tidak kuat, adanya cacat fisik ataupun cacat psikis. Fenomena pengemis dari kacamata kearifan, hukum, dan keadilan, maka pengemis dapat dibagi menjadi dua kelompok, yakni kelompok pengemis yang benar-benar membutuhkan bantuan dan kelompok pengemis gadungan. (Yazid, 2011).

Adapun kelompok pengemis yang benar-benar membutuhkan bantuan, secara riil ada pengemis yang benar-benar dalam keadaan menderita karena harus menghadapi kesulitan mencari makan sehari-hari. Sebagian besar mereka justru merupakan orang-orang yang masih memiliki harga diri dan ingin menjaga kehormatannya. Mereka tidak mau meminta kepada orang lain dengan cara mendesak sambil mengiba-iba. Atau mereka merasa malu menyandang predikat pengemis yang dianggap telah merusak nama baik agama dan mengganggu nilai-nilai etika serta menyalahi tradisi masyarakat di sekitarnya. Sedangkan kelompok pengemis gadungan merupakan orang yang menjadikan mengemis sebagai suatu profesi. Pada kelompok pengemis ini, mereka memiliki rahasia-rahasia dan trik-trik mengemis, mereka juga memiliki kepiawaian serta pengalaman yang dapat mengelabui anggapan masyarakat. Selain itu mereka juga memiliki berbagai pola mengemis yang beragam untuk menarik simpati dan belaskasihan orang lain yang menjadi sasaran.

Saat ini, fenomen pengemis semakin meningkat seiring dengan berjalannya waktu. Maraknya pengemis dapat ditemui di tempat-tempat umum, Lucy D. Indrawati (dalam Mukti, 2014:3) menye-

butkan bahwa dalam identifikasi masalah dan kendala penanganan pengemis dan gelandangan di Surabaya, pengemis bisa dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu (1) pengemis yang biasanya beroprasi di berbagai perempatan jalan atau di sekitar kawasan lampu merah, (2) pengemis yang mangkal di tempat-tempat umum tertentu, seperti plaza, terminal, pasar, sekitar masjid, pelabuhan, atau stasiun kereta api, (3) pengemis yang biasa berkeliling dari rumah ke rumah, keluar masuk kampung. Dalam penelitian tersebut disebutkan pula bahwa "Dengan waktu bekerja yang fleksibel, hasil yang diharapkan dapat mencukupi kebutuhan mereka dengan baik" (Mukti, 2014:11). Berdasarkan penjabaran tersebut dapat diketahui bahwa pada hakikatnya pengemis profesi memiliki tempat dan waktu khusus yang terjadwal dalam menjalankan aksi mengemis.

Kebiasaan dan kenyamanan terhadap sikap diberi senantiasa menyebabkan mental menjadi lemah bekerja, begitupun dengan mental pengemis yang apabila diberi, akan semakin keasyikan mencari rizki dengan jalan mengemis (Huda,2013). Saat ini banyak orang yang sengaja menjadikan mengemis sebagai profesi, padahal meskipun kondisinya masih tergolong muda dan mampu melakukan tindakan lain yang lebih bermartabat, tapi karena dasar pemalas sehingga mengemis dijadikan sebagai alternatif yang cukup menjanjikan. Cukup dengan menengadahkan tangan, maka pundi-pundi rupiah bisa didapatkan.

Dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh Lis Himmatul Holisoh dan Ali Imron, dengan judul "Dramaturgi Pengemis Lanjut Usia di Surabaya," disebutkan bahwa praktik dramaturgi pengemis lanjut usia di Surabaya ditunjukkan dengan penguasan drama di panggung depan, yang ditunjukkan dalam pemilihan karakter pengemis dan juga pernak pernik yang dibawa saat menjalankan perannya sebagai pengemis. Pernak pernik yang digunakan antara lain: gendongan anak kecil untuk menutupi sebagian tubuhnya agar terlihat lebih menyedihkan; membawa alat untuk

tempat duduk seperti yang terbuat dari gabus; ada pula yang membawa cucunya; mengenakan pakaian yang kusut, seperti pakaian yang sudah pudar warnanya.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengemis profesi juga menggunakan media guna mendukung peran yang sedang merek lakoni, sehingga dalam karya tulis ini media menjadi salah satu indikator pembeda. Pengemis profesi seolah memiliki hak untuk menerima sebagian harta orang lain meski hidup mereka sebenarnya sudah cukup layak. Tidak dapat dipungkiri bahwa kenyataan setelah merasa nyaman dan cukup menguntungkan terhadap profesi mengemis maka tidak menutup kemungkinan bahwa mereka akan menurunkan profesi mereka tersebut pada generasi selanjutnya.

Pandangan Islam tentang Pengemis

Islam merupakan agama yang sangat peduli pada kesejahteraan umat dan dalam konteks islam sendiri sangat dianjurkan untuk membantu sesama yang membutuhkan dengan menafkahkan sebagian harta yang dimilikinya untuk orang lain yang lemah dalam perekonomiannya. Sejalan dengan pernyatan tersebut, Islam menganjurkan umatnya untuk bersedekah kepada yang membutuhkan yang digambarkan baik dalam Alquran maupun Hadist dengan harapan tidak ada lagi orang miskin yang sangat kekurangan hingga harus turun ke jalanan demi sesuap nasi. Adapun anjuran tersebut salah satunya seperti yang disebutkan dalam firman Allah pada Q.S. Ibrahim:31 tentang perintah Allah untuk mendirikan shalat dan memberikan sedekah.

قُل لِّعِبَادِيَ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ يُقِيمُواْ ٱلصَّلَوٰةَ وَيُنفِقُواْ مِمَّا رَزَقْنَٰهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً مِّن قَبْلِ أَن يَأْتِيَ يَوْمٌ لَّا بَيْعٌ فِيهِ وَلَا خِلَٰلٌ ﴿٣١﴾

Artinya: *Katakanlah kepada hamba-hamba ku yang beriman: Hendaklah mereka mendirikah sholat, menafkahkan sebagian rizki yang Kami berikan kepada mereka secara sembunyi ataupun terang-terangan sebelum datang hari (kiamat) yang pada hari itu tidak ada jual beli daan persahabatan* (Q.S. Ibrahim: 31)

Dalam ayat tersebut menunjukkan adanya anjuran Allah karena pada hari kiamat tidak ada penebusan dosa dan pertolongan sahabat. Selain itu terdapat pula dalil As-Sunnah sabda Nabi SAW, "*Barangsiapa memberi makan orang lapar, Allah akan memberinya makanan dari buah-buahan surga. Barangsiapa memberi minuman kepada orang haus, maka Allah pada Hari Kiamat nanti akan memberinya minuman surga yang amat lezat (ar-rahiq al-makhtum), dan barangsiapa memberi pakaian orang yang telanjang, Allah akan memberinya pakaian surga yang berwarna hijau (khudhr al-jannah).*" (HR Abu Dawud no 1432; Tirmidzi no 2373).

Defenisi orang miskin adalah orang yang tidak dapat mencukupi kebutuhannya, dan tidak pernah berfikir untuk diberi sedekah dan tidak mau pergi untuk meminta-minta kepada orang lain. Dalam hadist buhari dan muslim dijelaskan bahwa dari abu hurairah ra. ia berkata Rasulullah SAW bersabda; "*bukan dinamakan orang miskin, orang yang meminta-minta kemudian ia tidak memperoleh sesuap dan dua suap makanan atau tidak memperoleh satu dan dua buah butir kurma tapi yang dinamakan orang miskin adalah orang yang tidak dapat mencukupi kebutuhannya dan tidak pernah berpikir untuk diberi sedekah dan ia juga tidak mau pergi untuk meminta-minta kepada orang lain*" (HR Bukhari dan Muslim).

Pengemis, secara kasat mata juga termasuk dalam golongan orang miskin yang perlu untuk dibantu . Pengemis identik dengan penampilan ala kadarnya karena keadaan terdesak yang tidak memungkinkan untuk berpenampilan secara layak dan karena keadaaan tersebut sehingga memaksa mereka untuk pergi meminta-minta pada orang lain. Meminta-minta sendiri dalam Islam sangatlah tidak dianjurkan karena ketika meminta-minta orang akan

otomatis kehilangan keberkahan harta. Ia hanya diperkenankan untuk kondisi yang sangat genting. Dan sesuai konteks, meminta itu hanya sekedar untuk menyelamatkan diri dari kondisi kepepet, maka harus secukupnya saja untuk menutupi kekurangan yang ada, tidak boleh untuk memperkaya diri karena sama dengan meminta bara api seperti yang diterangkan scara tegas dalam sebuah hadis yang diriwayatkan dari Abu Hurairah radhiyallah 'anhu, ia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "Barangsiapa meminta-minta kepada manusia harta mereka untuk memperbanyak hartanya, maka sesungguhnya dia hanyalah sedang meminta bara api".

Ironisnya tidak semua pengemis berpenampilan tidak layak dan pergi meminta-minta karena desakan keadaan melainkan lebih karena suatu pilihan agar mendapat belas kasihan, dan orang yang meminta-minta dengan kepura-puraan seperti ini dikenal dengan sebutan pengemis profesi. Ketika seorang pengemis profesi beraksi ia tidak hanya sedang melakukan dosa besar karena telah meminta yang bukan haknya tapi ia juga sedang melakukan dosa besar karena terdapat unsur kebohongan di dalamnya, ia telah menipu melalui tingkah laku dan penampilah hanya untuk sekedar kepentingan pribadinya. Islam memang menganjurkan untuk hidup sederhana tapi islam tidak pernah mengajarkan untuk meminta belas kasihan orang lain apalagi sampai melakukan segala cara termasuk mengelabui saudaranya agar terlihat meyakinkan. Dalam hal ini islam sangat melarang kepura-puraan seperti yang dilakukan oleh pengemis profesi dan tergambar dalam surat Al-Jatsiyah ayat 7:

وَيْـــلٌ لِّكُـــلِّ أَفَّـــاكٍ أَثِيْـــمٍ

Artinya: *Celakalah bagi orang yang banyak berdusta lagi banyak berdosa* (Al-Jatsiyah: 7)

Menurut Dahlan *et al* (1990) dalam Alquran dan Tafsirnya menyatakan bahwa orang yang bedusta adalah orang yang telah

mendengar kebenaran tetapi tetap mengabaikannya, maka Allah akan mengancamnya dengan ancaman yang mengerikan.

Imam Shadiq As bersabda untuk menolong pada anak-anak, para wanita, orang-orang yang terlantar, orang-orang lemah, orang-orang tua dan melarang memberikan bantuan kepada orang-orang gila. Dalam riwayat juga disebutkan untuk tidak membantu orang-orang yang menentang kebenaran atau memenuhi ajakan untuk melakukan pekerjaan salah dan batil. Dalam hal ini pengemis yang menjadikan meminta–minta sebagai profesi atau hanya sebagai modus belaka merupakan tindakan yang menentang kebenaran dan telah melakukan pekerjaan yang salah dan batil karena memanfaatkan belas kasihan orang lain padahal sebenarnya ia cukup mampu. (Muhammad, 1409 H dalam IslamQuest, 2011).

Berkenaan dengan permasalahan tersebut, terdapat anjuran untuk idak melakukan ketamakan terhadap harta , karena tidak pernah ada keberkahan bagi harta yang dicari dengan landasan keserakahan. Nabi SAW pernah mengatakan pada Hakim bin Hizam,

يَا حَكِيمُ إِنّ هَذَا الْمَالَ خَضِرَةٌ حُلْوَةٌ ، فَمَنْ أَخَذَهُ بِسَخَاوَةِ نَفْسٍ بُورِكَ لَهُ فِيهِ ، وَمَنْ أَخَذَهُ بِإِشْرَافِ نَفْسٍ لَمْ يُبَارَكْ لَهُ فِيهِ كَالّذِى يَأْكُلُ وَلاَ يَشْبَعُ ، الْيَدُ الْعُلْيَا خَيْرٌ مِنَ الْيَدِ السُّفْلَى

Artinya: *Wahai Hakim, sesungguhnya harta itu hijau lagi manis. Barangsiapa yang mencarinya untuk kedermawanan dirinya (tidak tamak dan tidak mengemis), maka harta itu akan memberkahinya. Namun barangsiapa yang mencarinya untuk keserakahan, maka harta itu tidak akan memberkahinya, seperti orang yang makan namun tidak kenyang. Tangan yang di atas lebih baik daripada tangan yang di bawah* (HR. Bukhari no. 1472).

Jika hadist ini dihubungkan dengan fenomena pengemis profesi yang sedang menjadi perbincangan saat ini, maka pengemis profesi juga masuk dalam kreteria hadistini karena seorang penge-

mis profesi yang menjadi tujuan utamanya adalah untuk mengumpulkan harta bukan menutup kekurangan kebutuhan sehingga ia akan dengan tamak meminta harta secara mendesak agar tujuannya busa tercapai. Bagaimanapun kita perlu mengetahui golongan apa saja yang berhak untuk menerima sedekah, karena tidak semua pengemis dapat begitu saja digolongkan dalam golongan yang perlu untuk disedekahi. Rasulullah SAW menyebutkan larangan meminta-minta untuk kepentingan pribadi kecuali untuk beberapa golongan. Adapun golongan yang diperbolehkan meminta-minta sebagaimana disebutkan dalam hadits Qobishoh, Rasulullah SAW bersabda:

Artinya: *Wahai Qobishoh, sesungguhnya meminta-minta itu tidak halal kecuali untuk tiga orang: (1) seseorang yang menanggung hutang orang lain, ia boleh meminta-minta sampai ia melunasinya, (2) seseorang yang ditimpa musibah yang menghabiskan hartanya, ia boleh meminta-minta sampai ia mendapatkan sandaran hidup, dan (3) seseorang yang ditimpa kesengsaraan hidup sehingga ada tiga orang yang berakal dari kaumnya berkata, 'Si fulan benar-benar telah tertimpa kesengsaraan', maka boleh baginya meminta-minta sampai mendapatkan sandaran hidup. Meminta-minta selain ketiga hal itu, wahai Qobishoh adalah haram dan orang yang memakannya berarti memakan harta yang haram* (HR. Muslim no. 1044).

Hadist tersebut menunjukkan bahwa memang benar adanya orang yang datang meminta-minta karena membutuhkan pertolongan dan perlu untuk dibantu. Dalam islam sendiri, islam selalu mengajarkan umatnya untuk bekerja keras, tidak hidup untuk mengharapkan belas kasihan orang lain tanpa mau berusaha. Selain itu islam juga memotivasi umatnya untuk memikirkan kehidupan duniawi dan mengarahkan kemana peradaban yang dibangunnya (Hafidhuddin dan Nazar, 2012:293). Seorang muslim justru dituntut memiliki etos kerja yang tinggi agar mendapatkan kesuksesan dalam bekerja dan rezeki yang baik dan berkah.

Pengemis dari Sudut Pandang Pemerintah

Menurut Pusat data dan Informaasi (Pusdatin) Kementrian Sosial mencatat populasi gelandang, pengemis, dan pemulung secara nasional pada tahun 2007 berjumlah 61.090 dan pada tahun 2011 berjumlah 194.907. Dalam data tersebut terjadi kenaikan sebesar 17% bukan semata-mata terjadi karena tidak adanya lapangan pekerjaan melainkan juga karena tidak adanya keinginan untuk berusaha. (Tira, 2012).

Alkostar (dalam Ahmad, 2010) menyebutkan bahwa munculnya pengemis disebabkan faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi sifat-sifat malas, tidak mau bekerja, mental yang tidak kuat, adanya cacat fisik maupun psikis. Sedangkan faktor eksternal meliputi faktor sosial, kultural, ekonomi, pendidikan, lingkungan, agama, dan letak geografis.

Dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 tahun 1980 tentang Penanggulangan Gelandangan dan Pengemis, disebutkan bahwa pengemis tidak sesuai dengan norma kehidupan bangsa Indonesia yang berdasarkan Pancasila dan Undang-undang Dasar 1945. Selama ini telah banyak usaha yang di lakukan pemerintah mulai dari cara yang keras dengan di tangai oleh satpol PP hingga hukuman kurungan tapi semua itu bahkan tidak membuat mereka jerah sedikitpun, buktinya masih banyak pengemis dan gelandangan yang ditemukan di jalanan.

Pemerintah telah melarang tindakan mengemis seperti tercermin dalam peraturan-peraturan yang ditetapkan dalam Kitab Undang-Undang Hukum Pidana pasal 504 Ayat 1 bahwa barangsiapa mengemis di muka umum, diancam karena melakukan pengemisan, dengan kurungan paling lama enam minggu. Dan pada ayat 2 dijelaskan bahwa pengemisan yang dilakukan oleh tiga orang atau lebih, yang umumnya di atas enam belas tahun, diancam dengan kurungan paling lama tiga bulan. Peraturan lain yang menyinggung terkait gepeng adalah Peraturan Kepala Kepolisisn Negara Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2007

tentang penanganan gelandangan dan pengemis, dimana pada pasal 1 nomor 4 disebutkan bahwa penanganan gelandang, pengemis, dan gepeng adalah usaha penanggulangan mulai dari pencegahan, penertiban, dan rehabilitasi.

Selain itu, MUI selaku lembaga pemerintahan yang bergerak di bidang keagamaan Islam juga telah meluncurkan fatwa haram tidak hanya bagi yang meminta-minta di pinggir jalan tapi juga orang yang memberi (Alvin, 2013). Hal itu merupakan suatu bentuk kekecewaan terhadap kasus gepeng yang terus mewabah. Fatwa MUI tersebut bahkan di sambut dengan baik oleh pemprof DKI Jakarta dengan dimasukkannya dalam Perda Khusus DKI nomor 8 tahun 2007 tentang Ketertiban Umum, Bab VIII terkait Tertib Sosial, pasal 39-40, yang membahas larangan menjadi, menyuruh, dan atau memberi pada Gepeng/PMKS.

Namun, MUI sendiri menilai bahwa selama ini pelaksanaan Perda tersebut tidak maksimal, karena masih banyak pengemis bertebaran di perempatan jalan dan mengganggu ketertiban umum. Selain itu, tidak sedikit pula orang yang kontra dengan fatwa yang telah di luncurka MUI sehingga semua aturan yang tujuan mulanya adalah agar membuat pengemis jerah tidak berlaku bagi orang yang kontra dengan fatwa MUI, oleh karena itu sangat sulit untuk membedakan antara pengemis yang benar-benar membutuhkan pertolongan dengan pengemis yang hanya menjalankan profesinya.

Untuk menghindari kesalahan sasaran sangat diperlukan kejelian masyarakat untuk menyikapi permasalahan sosial. Selain itu juga keterbatasan lembaga dan yayasan yang menangani permasalahan sosial orang–orang fakir yang menyebabkan tidak semua orang yang membutuhkan terjaring dan memperoleh penghidupan yang layak. Selain itu tidak sedikit dari orang-orang penyandang kasus kesejahteraan sosial yang kemudian di pulangkan karena keterbatasan lembaga yang menangani dibanding dengan jumlah penyandang yang semakin bertambah dimana hal

itu tidak menutup kemungkinan bagi penyandang untuk kembali menjalankan kegiatan mengemis karena alasan yang menguntungkan. Oleh sebab itu, diperlukan indikator yang membedakan sekaligus kejelian masyarakat untuk membedakan manakah orang yang perlu di belas kasihani ataukah orang yang hanya modus belaka.

Indikator Pembeda pada Pengemis

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan diatas berdasarkan Alquran, Hadist, dan literatur penunjang dapat disususun beberapa indikator yang diharapkan mmpu membantu masyarakat dalam mambedakan pengemis yang benar-benar membutuhkan dan pengemis yang hanya melakukannya karena faktor profesi.

No	Pengemis yang benar-benar membutuhkan	Pengemis karena Profesi	Dasar Acuan
1	Menggunakan media	Tidak menggunakan media	Penelitian yang dilakukan oleh Lis Himmatul Holisoh dan Ali Imron dalan Jurnal Paradigma
2	Lebih lapang dada dan menerima	Terdapat unsur paksaan dalam meminta	Q.S. Al-Baqarah (2):273
3	Kondisi fisik yang benar-benar lemah, renta, dan terlantar	Masih nampak sehat dan memiliki daya untuk melakukan usaha lain yang lebih baik	Muhammad bin Hasan Hurr al-Amili, *Wasâil al-Syiah*, jil. 9, hal. 418, Muassasah Ali al-Bait, 1409 H.
4	Berusaha menutupi kemiskinan dan tidak secara tegas meminta	Memperlihatkan kesan yang sangat menyedihkan hingga rela merombak total penampilan	HR Bukhari dan Muslim
5	Memiliki tempat-tempat khusus dalam beroperasi	Memiliki tempat-tempat khusus yang menjadi incaran	Penelitian Jurnal Sosial yang dilakukan oleh Mukti
6	Tidak memiliki waktu beroperasi yang terjadwal	Memiliki waktu tertentu dalam beroperasi	Penelitian Jurnal Sosial yang dilakukan oleh Mukti

Dengan adanya surat al-Baqarah ayat 273 dan beberapa hadist pendukung menunjukkan bahwa sebenarnya orang yang engemis karena terdesak keadaan itu memang ada, namun tidak menutup kemungkinan pula bahwa ada juga orang yang mengemis karena tuntutan profesi.

DAFTAR RUJUKAN

(Gepeng). *Jurnal Penelitian*. Vol.2, No.7, Nopember 2010. Halaman 1-16.

Ahmad, Maghfur. 2010. Strategi Kelangsungan Hidup Gelandangan-Pengemis

Alkotsar, Artidjo. 1984. *Advokasi Anak Jalanan*. Jakarta: Rajawali.

Alvin, Silvanus. 2013. Temui Ahok, MUI Jakarta Ingatkan Soal Fatwa Pengemis Haram. (Online), (liputan6.com), diakses tanggal 18 Oktober 2014.

Anonim. 2011. Apa yang harus kami lakukandi hadapan pengemis di jalanan?. (Online), (www.islamquest.net), diakses tanggal 18 Oktober 2014.

Bukhari, I. 1422 H. *ohîh Al-Bukhârî Juz II*. Damaskus: Dar Thauq al-Najah.

Dahlan, dkk. 1990. *Alquran dan Tafsirannya*. Jakarta: Universitas Islam Indonesia

Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1988. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Jakarta: Balai Pustaka.

Hafidhuddin & Nazar. 2012. Jurnal Tasawuf, 1 (2): 291-298.

Himatul, Lis, dkk. 2013. Dramaturgi Pengemis Lanjut Usia di Surabaya. Jurnal Paradigma. Vol. 1, No. 3, 18 Oktober 2014.

Hoffman, Paul. 1993. M.L Jhingan: Ekonomi Pembangunan dan Perencanaan.

Moeljatno. 2007. Kitab Undang-Undang Hukum PidanaJakarta: PT. Bumi Aksara.

Mukti, Pramudita Rah. 2014. Strategi Pengemis Dalam Hidup Bermasyarakat di Kota Surabaya. *Jurnal Sosial dan Politik*, (Online),

(http://journal.unair.ac.id/), diakses tanggal 2118 Oktober 2014.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 Tahun 1980 Tentang Penanggulangan Gelandangan dan Pengemis. (Online), (www.hukumonline.com), diakses tanggal 19 Oktober 2014.

Shihab, M.Q. 2005. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Alquran*. Jakarta: Lentera Hati.

Tira. 2012. Gelandangan dan Pengemis Isu Permasalahan Sosial. (Online), (rehsos.kemsos.go.id), diakses tanggal 17 Oktober 2014.

Yandi, 2014. Pak Amat Pengemis Tajir, Cicil Mobil dan Bangun Pabrik. (Online), (nasional.rimanes.com), diakses tanggal 10 Desember 2014.

Yazid. 2011. *Hukum Meminta-Minta (Mengemis) menurut Syari'at Islam.* 22 (Online), (http://almanhaj.or.id), diakses tanggal 12 Maret 2015.

MEMAHAMI DINAMIKA AKTIVITAS PERIBADATAN DALAM DISKURSUS KONTEMPORER HAK *AHL DZIMMAH* DI INDONESIA MELALUI REVITALISASI FIQH KEBHINNEKAAN

Oleh :
M. Alifudin Ikhsan, Zidna Al 'Azizah Rosshofa dan
Malthufullah Mu'asyir

Diskursus Kontemporer Hak Kaum Minoritas di Indonesia

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia dengan 17.508 pulau. Berdasarkan sensus penduduk tahun 2010, jumlah penduduk Indonesia mencapai 237.641.326 jiwa atau bertambah sekitar 36 juta jiwa dalam kurun waktu 10 tahun. Dari jumlah penduduk terbesar keempat di dunia ini dapat diketahui bahwa 207,2 juta jiwa (87,18%) beragama Islam, diikuti oleh penganut agama kristen 16,5 juta jiwa (6,96%), 6,9 juta jiwa menganut agama katolik (2,91%), 4 juta penganut Hindu (1,69%), 1,7 juta penganut Budha (0,72%), 0,11 juta jiwa penganut agama Konghucu (0,05%) dan agama lainnya 0,13% (Taufiqurrahman, 2013).

Keberagaman agama menjadikan Indonesia sebagai negara yang rentan konflik umat beragama. Dalam periode 2011—2014 terjadi sedikitnya 58 kasus konflik yang mengatasnamakan agama (James, 2012). Sebagaian besar konflik yang terjadi berkaitan dengan aktivitas peribadatan. *Ahl dzimmah* adalah kaum non muslim yang mengikuti dan tunduk pada negara yang dikuasai oleh muslim (Yunus, 1989). Pandangan para *ahl fiqh* mewarnai sikap mayoritas muslim terhadap pemeluk agama lain di Indonesia. Dalam *fiqh* klasik, mereka dianggap sebagai kelompok minoritas yang harus tunduk terhadap mayoritas muslim yang ada (Majid, 2011). Peratu-

ran pendirian rumah ibadat nomor 8 tahun 2006 dan nomor 9 tahun 2006 juga cenderung membatasi *ahl dzimmah* dalam melaksanakan ibadatnya. Diantaranya yakni syarat pendirian rumah ibadat yang harus mendapatkan persetujuan 90 orang pemeluk agama dan 60 orang dukungan warga sekitar tempat ibadat yang akan dibangun.

Konflik rumah ibadat sering dijumpai karena pemahaman terhadap pluralitas beragama yang kurang matang. Dalam Piagam Madinah, Rasulullah SAW mencontohkan perilaku toleransi dan sikap terhadap *ahl dzimmah*. *Fiqh* Kebhinnekaan merupakan salah satu langkah preventif untuk memahami pluralitas beragama dalam konstruk NKRI. *Fiqh* Kebhinnekaan berupaya menjaga nilai-nilai multikultural bangsa Indonesia dengan tetap megedepankan syariat Islam sebagai penuntun kehidupan berbangsa dan bernegara. Melalui *Fiqh* Kebhinnekaan ini, persatuan dan kesatuan Indonesia harus dijaga dan dipertahankan dengan cara saling mengenal, menghargai, dan saling toleransi terhadap sesama. Membanggakan suku bangsa maupun daerah masing-masing mampu menimbulkan disintegrasi bangsa.

Konstitusi menjamin setiap warga negaranya memeluk agama dan menjalankan peribadatan sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing. Hal ini tercantum dalam pasal 28 E dan pasal 29 UUD Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Permasalahan yang terjadi adalah apakah setiap agama berhak mendirikan rumah ibadat? Hal ini diatur dalam peraturan bersama Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri nomor 8 Tahun 2006 dan 9 Tahun 2006 tentang Pedoman Pelaksanaan Tugas Kepala Daerah/ Wakil Kepala Daerah dalam Pemeliharaan Kerukunan Umat Beragama, Pemberdayaan Forum Kerukunan Umat Beragama dan Pendirian Rumah Ibadat.

Fiqh kebhinnekaan ini digagas untuk melindungi pluralitas agama sebagai salah satu tanggung jawab moral umat Islam terhadap persatuan dan kesatuan bangsa. Perbedaan keyakinan meru-

pakan hak setiap orang. Hal yang harus dipahami yakni keberadaan *ahl dzimmah* di Indonesia harus dipahami sebagai tanggung jawab moral sesama manusia untuk menjaga persatuan dan kesatuan bangsa.

Dinamika Aktivitas Peribadatan di Indonesia

Masyarakat Indonesia merupakan masyarakat multikultural yang dapat ditinjau dari berbagai aspek baik etnis, bahasa, budaya maupun agama. Pluralitas merupakan realitas dan keniscayaan bagi masyarakat Indonesia. Menurut Heldred Geertz (dalam Zada, 206) terdapat lebih dari 300 etnis. Setiap etnis mempunyai budaya masing-masing dengan menggunakan lebih dari 250 bahasa dan hampir semua agama berada di bumi nusantara ini. Kemunculan setiap agama yang lahir dari lingkungan yang plural akan mampu beradaptasi dengan kepluralan tersebut (Coward, 2006). Jika pluralitas agama tidak dipahami secara arif dan bijaksana serta dengan mengedepankan sifat pluralis maka akan menimbulkan konflik antarumat beragama, konflik sosial dan disintegrasi bangsa. Beragama merupakan hak asasi yang mutlak dan tidak dapat dikurangi dalam keadaan apapun. Hal yang perlu ditinjau juga bahwa pendirian rumah ibadat juga tidak boleh mengganggu ketentraman dan ketertiban umum (SKB Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri Nomor 8 Tahun 2006 dan Nomor 9 Tahun 2006).

Hukum diperlukan untuk mengatur kepentingan masyarakat. Hukum atau peraturan juga dimaksudkan dalam membentuk ketertiban dalam kehidupan serta penegakan keadilan (Wiyono, 2012). Dalam pandangan filsafat hukum, suatu peraturan harus dibuat berdasarkan cita hukum dan cita masyarakat. Pasal 28 E UUD Negara Republik Indonesia Tahun 1945 tentang kebebasan memeluk agama dan beribadat menurut agamanya. Kebebasan yang dimaksud dibatasi oleh kebebasan orang lain. Dalam hal ini, kebebasan yang dimaksud bukanlah kebebasan mutlak (Ali, 2013).

Fenomena konflik antarumat beragama, suku dan konfik sosial juga berdampak pada keutuhan bangsa. Meskipun Indonesia

menjadi negara dengan mayoritas muslim terbesar di dunia yang mencapai 207,2 juta orang (Ali, 2013). Namun, konsep wilayah hukum yang berlaku di Indonesia adalah *nation state*, dimana konsep kekuasaan *dar al-Islam* dan *dar al-Harb* sudah tidak berlaku lagi. Umat Islam Indonesia berada di bawah suatu tatanan keamanan dan ketentuan-ketentuan bersama sebagai satu kesepakatan yang sah. Namun demikian, dibentuknya negara kesatuan tidak membuat jurang pemisah kaum mayoritas terhadap minoritas agama. Pemahaman parsial yang dianut oleh sebagian kelompok muslim eksklusif terhadap maksud *ahl dzimmah* membuat mereka berasumsi bahwa non-muslim adalah musuh yang harus 'diperangi'.

Berbicara konflik dalam konteks keberadaan suatu rumah ibadat ditengah kemajemukan agama, berdasarkan hasil survei PPIM UIN Jakarta pada tahun 2007 yang melibatkan pemuda muslim di Indonesia, sebanyak 55% responden menyatakan melarang umat Kristiani mengadakan acara kebaktian di lingkungan sekitar mereka; dan sejumlah 51% responden tidak membolehkan membangun gereja di lingkungan mereka. Namun demikian dalam hal toleransi agama, berdasarkan Survei yang diadakan Wahid Institute dan Indonesia Barometer pada tahun 2007 menunjukkan 95,4% muslim di Indonesia menganggap penting toleransi antar umat beragama. Jika dianalisis lebih mendalam, aksi penolakan pendirian bangunan tidak lepas dari keyakinan bahwa agama merupakan unsur paling vital sebagai identitas dan pembentuk kepribadian seorang individu. Hal inilah yang menjadi faktor prinsipil penolakan pendirian bangunan ibadat.

Jika dianalisis dalam perspektif psikologi sosial, maka tidak heran jika penyebaran tempat tinggal masyarakat Indonesia secara agama cenderung mengelompok sesuai jenis agamanya. Hal ini selain mempermudah urusan privatisasi peribadatan juga demi menjaga kondisi psikologis masyarakat pemeluk agama dari gesekan-gesekan prinsipil keagamaan.

Pandangan Islam Terhadap Hak *Ahl Dzimmah* di Indonesia

Konsep *ahl dzimmah* merupakan salah satu cikal bakal munculnya penomorduaan terhadap non-muslim. Dr. Abdul Karim Zaidan berpandangan bahwa *ahl dzimmah* adalah komunitas non-muslim yang melakukan kesepakatan hidup di bawah tanggung-jawab dan jaminan kaum muslimin. Mereka mendapatkan perlindungan dan keamanan. Mereka juga mendapatkan hak hidup dan hak tempat tinggl di tengah-tengah komunitas muslim (Fahmi, 1999).

Namun dalam kapasitasnya, *ahl dzimmah* tidak mendapatkan perlakuan sebagaimana komunitas muslim. Mereka tidak bisa menduduki posisi-posisi strategis dalam pemerintahan. Dalam kitab-kitab *fiqh* klasik dikatakan bahwa *ahl dzimmah* tidak memiliki hak suara, bahkan mereka berkewajiban membayar *jizyah* atau upeti. *Ahl dzimmah* juga dituntut beberapa kewajiban tetapi tidak mendapatkan hak yang sejajar dan setara dengan kaum muslimin. Atas dasar inilah *ahl dzimmah* sering disebut kaum kelas dua (*al muwahin bi al darajah al tsaniyyah*)

Pandangan para *ahl fiqh* mewarnai sikap mayoritas muslim terhadap pemeluk agama lain di Indonesia. Dalam *fiqh klasik*, mereka dianggap sebagai kelompok minoritas yang harus tunduk terhadap mayoritas muslim yang ada (Majid, 2011). Peraturan pendirian rumah ibadat juga cenderung membatasi *ahl dzimmah* dalam melaksanakan ibadatnya. Diantaranya yakni syarat pendirian rumah ibadat yang harus mendapatkan persetujuan 90 orang pemeluk agama dan 60 orang dukungan warga sekitar tempat ibadat yang akan dibangun (SKB Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri). Konflik rumah ibadat sering dijumpai karena pemahaman terhadap pluralitas beragama yang kurang matang. Al-Quran tidak pernah memerintahkan kita untuk berbuat diskriminatif terhadap siapapun termasuk *Ahl Dzimmah*. Sebagaimana QS. Al Mumtahanah ayat 8:

لَّا يَنْهَىٰكُمُ ٱللَّهُ عَنِ ٱلَّذِينَ لَمْ يُقَٰتِلُوكُمْ فِى ٱلدِّينِ وَلَمْ
تُخْرِجُوكُم مِّن دِيَٰرِكُمْ أَن تَبَرُّوهُمْ وَتُقْسِطُوٓا۟ إِلَيْهِمْ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ
يُحِبُّ ٱلْمُقْسِطِينَ ﴿٨﴾

Artinya: *Allah tidak melarang kamu untuk berbuat baik dan berlaku adil terhadap orang-orang yang tidak memerangimu karena agama dan tidak pula mengusirmu dari negerimu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berlaku adil.* (Q.S. Al-Mumtahanah: 8).

Dalam tafsir *Fathu Al-Bayan* dijelaskan,

اى لا ينها كم عن هؤلاء (ان تبرو هم) وتكرموهم وتحسنوا إليهم قولا وفعلا, وهذا بدل من الموصول بدل اشتمال

Artinya: *Allah tidak melarang kalian untuk menghormati dan berbuat baik kepada mereka, baik dengan perkataan maupun perbuatan*

Pada dasarnya, Islam sebagai agama *rahmatan lil 'alamin* tidak pernah mengajarkan untuk melakukan sebuah tindakkan diskriminatif terhadap non muslim. Justru sebaliknya, Islam mengajarkan perbuatan saling menghormati terhadap sesama keturunan Adam, sebagaimana firman Allah dalam QS. Al-Isra' ayat 70, yang menurut Syaikh Ibnu Katsir dalam tafsirnya menjelaskan bahwa Allah telah melebihkan keutamaan bagi manusia lebih dari apapun yang diciptakan-Nya, lebih mulia dari seluruh makhluk hidup di dunia ini.

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِى ءَادَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِى الْبَرِّ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيْرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيْلا

Artinya: *Dan sesungguhnya telah kami muliakan anak-anak Adam, Kami angkat mereka di daratan dan lautan, kami beri mereka rizki yang*

baik-baik dan kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurnan atas kebanyakan makhluk yang telah kami ciptakan

Jika ditinjau dari madhzab Imam Hanafi, *Ahl Dzimmah* diperbolehkan melaksanakan ritual-ritual dan hukum yang sesuai dengan ajaran mereka, walaupun ajaran-ajaran tersebut diharamkan bagi umat Islam, seperti mendirikan tempat ibadat. Mereka diberikan kebebasan untuk mengekspresikan keberagamaannya secara terbuka (Santoso, 2003).

Dinamika aktivitas peribadatan yang ada di Indonesia sering dinilai sebagai salah satu hal pokok terjadinya konflik sosial. Dalam berbagai kasus, umat Islam yang mayoritas jumlahnya merasa memiliki Indonesia, padahal konstitusi Indonesia telah menyebutkan bahwa kebebasan beragama adalah hak asasi mutlak yang harus dilindungi dalam keadaan dan kondisi apapun (UU No.12/ 2005). Sikap kooperatif dan simpatik terhadap *Ahl Dzimmah* sebenarnya juga telah dipraktikkan para ulama terdahulu di tengah-tengah pemerintahan Islam. Ibn Taymiyah pernah meminta agar raja Tatar membebaskan semua tawanan termasuk orang-orang yahudi karena mereka sebagai *Ahl Dzimmah* (Naim, 1990). Umat muslim Indonesia memiliki tanggung jawab yang besar dalam mengembangkan pluralitas beragama. Persatuan dan kesatuan bangsa Indonesia dapat terjalin dimana setiap warga negaranya memiliki rasa toleransi yang tinggi.

Fiqh Kebhinnekaan dalam Membangun Persatuan dan Kesatuan Bangsa

Nilai-nilai dan praktik kooperatif yang terdapat dalam Alquran, hadist dan sejarah awal Islam dapat dijadikan sebagai modal dasar untuk mengambil langkah yang lebih jauh. Salah satunya dengan mencetuskan gagasan Fiqh Kebhinnekaan. Tidak ada pertentangan antara konsep Islam mengenai Ahl Dzimmah dengan konsep kewarganegaraan (*Al-Muwatthanah*). Bahkan apabila dilihat secara substansial, maka konsep *Ahl Dzimmah* sejalan dengan bentuk NKRI.

Dalam Piagam Madinah, Rasulullah SAW juga mencontohkan perilaku toleransi dan sikap terhadap *Ahl Dzimmah*. *Fiqh* Kebhinnekaan merupakan salah satu langkah preventif untuk memahami pluralitas beragama dalam konstruk NKRI. *Fiqh* Kebhinnekaan berupaya menjaga nilai-nilai multikultural bangsa Indonesia dengan tetap megedepankan syariat Islam sebagai penuntun kehidupan berbangsa dan bernegara. Melalui *Fiqh* Kebhinnekaan ini, persatuan dan kesatuan Indonesia harus dijaga dan dipertahankan dengan cara saling mengenal, menghargai, dan saling toleransi terhadap sesama. Membanggakan suku bangsa maupun daerah masing-masing mampu menimbulkan disintegrasi bangsa. Sebagaimana sabda Rasulullah SAW,

لَيْسَ مِنَّا مِنْ دَعَا عَلَى عَصَبِيَّتُهُ وَلَيْسَ مِنَّا مِنْ مَاتَ عَلَى عَصَبِيَّصُتُهُ

Artinya: *Bukan golongan kita, orang yang membangga-banggakan kesukuan dan bukan golongan kita orang yang mati karena membela, mempertahankan dan memperjuangkan kesukuan*

Diharapkan dengan terbangunnya pemikiran yang komprehensif dapat memahami dinamika aktivitas peribadatan untuk mencegah disintegrasi bangsa. Diantara peran penting *Fiqh* Kebhinnekaan diantaranya adalah menjaga keutuhan umat dan kepentingan negara. Kedaulatan dan kekuatan untuk mempertahankan NKRI agar tetap bersatu dan mencegah adanya disintegrasi bangsa. Diharapkan dengan adanya revitalisasi fiqh kebhinnekaan ini akan menjadi salah satu tolah ukur keberasan dan kemajemukan Indonesia dalam mengarungi dunia Islam. Menegakkan *Maqashid As Syariah* yang merupakan hak wajib bagi setiap individu muslim tetapi juga tidak boleh melepaskan tanggung jawab sebagai warga negara dan warga dunia. Menjaga perdamaian abadi dan ikut serta melaksanakan ketertiban umum dengan menjalankan ibadah dalam bingkai pluralitas beragama di Indonesia.

Pluralitas dan Keniscayaan Kebhinnekaan

Pluralitas merupakan realitas dan keniscayaan bagi masyarakat Indonesia. Jika pluralitas agama tidak dipahami secara arif dan bijaksana serta dengan mengedepankan sifat pluralis maka akan menimbulkan konflik antarumat beragama, konflik sosial dan disintegrasi bangsa. Beragama merupakan hak asasi yang mutlak dan tidak dapat dikurangi dalam keadaan apapun. Dinamika aktivitas peribadatan yang terjadi di masyarakat harus dipahami secara bijaksana. Permasalahan pendirian rumah ibadat juga harus disikapi sebagai wujud pluralitas beragama di Indonesia. Fiqh Kebhinnekaan merupakan salah satu langkah preventif untuk memahami pluralitas beragama dalam konstruk NKRI. Fiqh Kebhinnekaan berupaya menjaga nilai-nilai multikultural bangsa Indonesia dengan tetap megedepankan syariat Islam sebagai penuntun kehidupan berbangsa dan bernegara. Melalui Fiqh Kebhinnekaan ini, persatuan dan kesatuan Indonesia harus dijaga dan dipertahankan dengan cara saling mengenal, menghargai, dan saling toleransi terhadap sesama.

DAFTAR RUJUKAN

Coward, 1995. *Pluraitas dan Tantangan Agama-agama*. "*Religious Pluralism and the Future of Religions*". State University of New York Press.

Suseno. 2006. The Challege of Pluralism". Dikti Departemen Agama RI dan UIN Alauddin Makassar.

Data sensus penduduk oleh Dinas Kependudukan Kementerian Dalam Negeri tahun 2010

Fahmi Huwaydi. 1999. *Muwathinun la Dzimmiyyun*. Cetakan ke-3.Kairo: Dae el Shorouq.

Ibnu Katsir. *Al Bidayah wa Al Nihayah*. Jilid III. Beirut: *Maktabah Al Ma'arif*

James, Stefianus. K..2012. *Implementasi Izin Mendirikan Bangunan Peribadatan Umat Beragama di Kota Samarinda*. Skripsi.

Pembimbing: Haris Retno Susmiati, S.H., M.Hum. Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Mulawarman.

Majid, Nurcholis, dkk. 2011. *Fiqh Lintas Agama: Membangun Masyarakat Inklusif-Pluralis*. Jakarta: Paramadina, halaman 146.

Na'im, Abdullahi Ahmed. 1990. *Toward an Islamic Reformation: Civil Liberties, Human Right, and International Law Syracuse.* Syracuse University Press.

Peraturan Bersama Menteri Agama dan Menteri Dalam Negeri Nomor 8 Tahun 2006 dan Nomor 9 Tahun 2006 tentang Pendirian Rumah Ibadat

Santoso, Topo. 2003. *Membumikan Hukum Pidana Islam: Penegakan Syariat dalam Wacana dan Agenda.* Jakarta: Gema Insani.

Suryadarma Ali, 2013. *Mengawal Tradisi Meraih Prestasi Inovasi dan Aksi Pendidikan Islam*. (ed). Malang: UIN Press.

Taufiqurrahman. 2013. *Sang Nahkoda: Biografi Suryadarma Ali*. Malang: UIN Press.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2005 tentang Kovenan Internasional Hak Politik dan Hak Sipil

Wiyono, Suko. 2012. *Reaktualisasi Pancasila dalam Kehidupan Berbangsa dan Bernegara*. Malang: Wisnuwardhana Press.

Yunus, Mahmud. 1989.*Kamus Yunus*. Jakarta: Hidakarya Agung. Halaman 135

Zada, Hamadi. 2006. "*Agama dan Etnis: Tantangan Pliraitas di Indonesia*" dalam Susurin dan Maria Ulfa (ed), *Nilai-nilai Pliralisme dalam Islam*: Jakarta: Nuansa-Fatayat NU-Ford Foundation.

GLOSSARIUM

Agregasi adalah sejumlah tumbuh-tumbuhan atau binatang yang merupakan suatu kesatuan dalam kelompok yang lebih besar

Akhlak adalah Kehalusan dan kebaikan budi pekerti; kesopanan dan tingkah laku yang sesuai dengan syari'at Islam

Akuifer adalah batuan yang dapat ditembus air sehingga menghasilkan sejumlah air tanah

Akurasi adalah kecermatan; ketelitian; ketepatan

Al-Abshar adalah Merupakan bahasa Arab yang berasal dari kata Bashara yang berarti melihat

Al-Af'idah adalah Merupakan bahasa Arab yang berasal dari kata Fadaa yang berarti faidah

Al-Amtsal adalah Merupakan bahasa Arab yang berasal dari kata Matsala yang berarti perumpamaan/kisah teladan

Alergi adalah perubahan reaksi tubuh terhadap kuman-kuman penyakit

Alkaloida adalah kelompok senyawa organik bersifat basa yang mengandung nitrogen, diperoleh dari tumbuhan dan hewan, banyak berkhasiat sebagai obat

Alternatif adalah Pilihan diantara dua atau beberapa kemungkinan

Analgesik adalah obat yang meredakan rasa nyeri tanpa tunasadar

Analisis adalah Penyelidikan terhadap suatu peristiwa (karangan, perbuatan, dsb) untuk mengetahui keadaan yg sebenarnya (sebab-musabab, duduk perkaranya, dsb)

Antibodi adalah protein globulin yang dibentuk dalam organisme binatang sebagai respons oleh adanya antigen dan dapat berikatan spesifik dengan antigen

Antioksidan adalah zat aditif yang ditambahkan pada karet, minyak, lemak, atau produk makanan lain untuk mencegah terjadinya oksidasi oleh udara yang menyebabkan minyak menjadi tengik atau zat menjadi rusak.

Apigenin adalah pigmen tanaman dari kelompok flavon berwarna kebiru-biruan, larut dalam air, terdapat dalam bunga jagung

Aplikasi adalah Suatu perangkat yang bertujuan untuk memudahkan segala urusan manusia yang terlebih dahulu melalui tinjauan ilmiah dan saintific

Arteriosklerosis adalah pengapuran pada pembuluh nadi sehingga pembuluh nadi menjadi sempit; penebalan pembuluh nadi

As-Sam' adalah Merupakan bahasa Arab yang berasal dari kata Sami'a yang berarti mendengar

At-Tarwih adalah Merupakan bahasa Arab yang berasal dari kata Rawwaha yang berarti istirahat atau mendengarkan diri

Bangsa adalah kelompok masyarakat yg bersamaan asal keturunan, adat, bahasa, dan sejarahnya, serta berpemerintahan sendiri/ kumpulan manusia yg biasanya terikat krn kesatuan bahasa dan kebudayaan dl arti umum, dan menempati wilayah tertentu di muka bumi

Bisul adalah bintil yang membengkak pada kulit yang berisi nanah dan bermata

Cerita adalah Tuturan yg membentangkan bagaimana terjadinya suatu hal peristiwa, kejadian, atau karangan yg menuturkan perbuatan, pengalaman, atau penderitaan orang

Defisiensi adalah kekurangan

Dehidrasi adalah pengurangan cairan dalam tubuh

Demoralisasi adalah kemerosotan akhlak; kerusakan moral

Dermatologis adalah orang yang ahli ilmu penyakit kulit dan pengobatannya

Desinfektan adalah bahan kimia yang dipergunakan untuk mencegah terjadinya infeksi atau pencemaran oleh jasad renik; obat pembasmi hama

Dinamika adalah kelompok, gerak atau kekuatan yang dimiliki sekumpulan orang dalam masyarakat yang dapat menimbulkan perugahan dalam tata hidup masyarakat yang bersangkutan; ... sosial, gerak masyarakat secara terus-menerus yang menimbulan perubahan dalam tata hidup masyarakat yang bersangkutan.

Drainase adalah pengatusan; penyaluran air; saluran

Eksogen adalah berasal dari atau disebabkan oleh faktor luar

Ekstrak adalah sediaan farmasi yang diperoleh dari jaringan hewan atau tumbuhan dengan berbagai cara

Elektroda adalah dua kutub (anoda dan katoda) dari baterei listrik; lempeng atau logam untuk mengalirkan ,istrik dalam elektrolit

Elektron adalah muatan listrik negatif yang merupakan bagian dari atom

Enzim adalah protein yang kompleks yang dihasilkan oleh sel-sel hidup dan dapat menimbulkan biokimia dalam suhu badan

Epidemiologi adalah ilmu yang mempelajari tentang timbulnya, berkembangnya, pembasmian, pencegahan, dan pengobatan epidemi

Estimasi adalah penilaian; pendapat; perkiraan

Fabrikasi adalah pembuatan sebuah komponen piranti atau piranti itu sendiri

Fantastis adalah sangat luar biasa

Fisiologi adalah cabang biologi yang berkaitan dengan fungsi dan kegiatan kehidupan atau zat hidup (organ, jaringan, atau sel)

Flavonoida adalah sekelompok metabolit sekunder tumbuhan tertentu, ada yang berupa pigmen, fitoaleksin, atau insektisida alamiah

Fluida adalah benda seperti air atau gas yang berubah bentuknya oleh pengaruh gaya besar; zat yang mudah mengalir

Foton adalah partikel dasar atau kuantum radiasi elektromagnet

Fraktur adalah patahan; pecahan; keretakan (tentang tulang)

Frekuensi adalah jumlah kejadian yang lengkap atau fungsi muncul dalam suatu waktu

Freon adalah sekelompok zat penyejuk (refrigeran)

Gastroenteritis adalah radang pada lambung dan usus

Generasi adalah Masa atau suatu zaman ketika orang-orang satu angkatan hidup

Grand Desain adalah Contoh atau rancang bangun suatu teori

Gravitasi adalah kekuatan (gaya) tarik bumi

Hati adalah Organ badan yang berwarna kemerah-merahan di bagian kanan atas rongga perut, gunanya untuk mengambil sari-sari makanan di dalam darah dan menghasilkan empedu. Arti yang lain yakni sesuatu yang ada di dl tubuh manusia yg dianggap sbg tempat segala perasaan batin dan tempat menyimpan pengertian (perasaan)

Hemoglobin adalah zat warna yang terdapat pada butir-butir darah merah

Heroin adalah bubuk kristal putih yang dihasilkan dari morfin; jenis narkotik yang amat kuat sifat mencandukannya.

Hidrokarbon adalah unsur kimia yang mengandung hidrogen dan karbon

Hipotalamus adalah bagian dasar otak, mengendalikan fungsi yang tidak dapat dikontrol seperti suhu tubuh, pelepasan hormon

Histamin adalah senyawa terbentu dari asam amino histidina dari proses dekarboksilasi

Hormon adalah zat-zat yang dibentuk oleh bagian tubuh tertentu dalam jumlah kecil dan dibawa ke jaringan tubuh lainnya serta mempunyai pengaruh khas

Humus adalah lapisan tanah yang terjadi dari tumbuh-tumbuhan mati yang melapuk atau membusuk yang merupakan lapisan tanah subur bagi tanaman

Ilmiah adalah Bersifat ilmu; secara ilmu pengetahuan; memenuhi syarat (kaidah) ilmu pengetahuan

Infiltrasi adalah penyusupan; perembesan

Instrumen adalah Alat yang dipakai untuk membantu seseorang dalam mengerjakan sesuatu

Internalisasi adalah Penghayatan terhadap suatu ajaran, doktrin, atau nilai sehingga merupakan keyakinan dan kesadaran akan kebenaran doktrin atau nilai yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku

Kanker adalah penyakit yang disebabkan oleh ketidakteraturan perjalanan hormon yang mengakibatkan tumbuhnya daging pada jaringan tubuh yang normal

Karbohidrat adalah senyawa organik karbon, hidrogen, dan oksigen, yang terdiri dari satu molekul gula sederhana atau lebih yang merupakan bahan makanan penting dan sumber tenaga (banyak terdapat dalam tumbuhan dan hewan)

Karies gigi adalah pembusukan atau perusakan pada gigi

Kation adalah ion yang bermuatan positif

Kebhinnekaan adalah Istilah yang sering menggambarkan makna Bhinneka Tunggal Ika yang berarti persatuan dan kesatuan dalam keberagaman

Kelenjar adalah alat tubuh yang gunanya untuk mengeluarkan zat tertentu glandula

Kenakalan adalah Sifat nakal; perbuatan nakal; tingkah laku secara ringan yang menyalahi norma yang berlaku di suatu masyarakat

Khatulistiwa adalah garis bayangan keliling bumi terletak melintang pada nol derajat (yang membagi bumi menjadi dua belahan sama)

Kisah adalah Cerita tentang kejadian (riwayat) dari kehidupan seseorang kejadian yang cenderung membicarakan sesuatu hal yang nyata

Kolesterol adalah lemak yang biasa terdapat di darah, otak, empedu dan batu empedu

Koloid adalah zat yang terpencar dalam suatu zat pelarut sebagai butir-butir yang ukurannya lebih dari ukuran molekul, tetapi tidak dapat dilihat dengan mata

Konsep adalah Rancangan atau gambaran mental dari objek, proses, atau apa pun yang ada di luar bahasa, yang digunakan oleh akal budi untuk memahami hal-hal lain

Kontemporer adalah Pada waktu yang sama; semasa; sewaktu; pada masa kini;

Korelasi adalah Hubungan timbal balik atau sebab akibat

Koreng adalah luka yang bernanah dan membusuk

Lengas adalah mengandung air; lembab

Lepra adalah penyakit kusta

Losion adalah zat cair yang dibuat dari campuran bahan kimia, dipergunakan untuk merawat kulit

Manifestasi adalah perwujudan atau bentuk lahir dari sesuatu yang tidak kelihatan

Mendidik adalah Memelihara dan memberi latihan (ajaran, tuntunan, pimpinan) mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran

Metabolisme adalah proses yang menjadikan sel-sel dan alat-alat tubuh mengubah (bahan-bahan) makanan menjadi zat-zat yang sangat penting bagi tubuh

Metafisika adalah falsafah mengenai segala sesuatu yang ada di luar alam biasa

Metode adalah Cara teratur yg digunakan untuk melaksanakan suatu pekerjaan agar tercapai sesuai dengan yang dikehendaki; cara kerja yang bersistem untuk memudahkan pelaksanaan suatu kegiatan guna mencapai tujuan yang ditentukan;

Metrologi adalah ilmu tentang ukuran, timbangan, dan takaran

Mikron adalah satuan ukuran panjang, sama dengan seperseribu milimeter (0,001 mm)

Moderat adalah Selalu menghindarkan perilaku atau pengungkapan yang ekstrem; berkecenderungan ke arah dimensi atau jalan tengah

Molekul adalah satuan terkecil benda yang masih menunjukkan sifat kimia benda itu

Morbiditas adalah proporsi suatu populasi yang telah terjangkit penyakit pada suatu waktu atau selama periode waktu tertentu

Mortalitas adalah laju kematian yang dinyatakan dalam persentase jumlah persatuan waktu terhadap keseluruhan jumlah populasi

Mukoprotein adalah protein yang mengandung karbohidrat

Nasionalisme adalah Paham (ajaran) untuk mencintai bangsa dan negara sendiri; sifat kenasionalan atau kesadaran keanggotaan dari suatu bangsa yang secara potensial atau aktual bersama-sama mencapai, mempertahankan, dan mengabadikan identitas, integritas, kemakmuran, dan kekuatan bangsa atau semangat kebangsaan

Neraca adalah alat pengukur berat (terutama yang berukuran kecil)

Obesitas adalah penumpukan lemak yang berlebihan di dalam badan; kegemukan yang berlebihan

Ozon adalah lapisan udara yang terdapat di atmosfer yang mengalami perubahan akibat adanya aliran listrik setelah petir atau karena sinar ultraviolet matahari; udara murni

Pakar adalah (orang) ahli; spesialis;

Pandangan adalah Konsep yg dimiliki seseorang atau golongan dl masyarakat yang bermaksud menanggapi dan menerangkan segala permasalahan di dunia atau masyarakat sekitar

Pengaruh adalah Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang

Peptida adalah gabungan dua asam amino atau lebih yang dihubungkan oleh ikatan –CO-NH- untuk membentuk protein

Pergeseran adalah Pergesekan; Peralihan; perpindahan; pergantian

Peribadatan adalah Tempat atau aktivitas dan cara beribadat

Permeabilitas adalah dapat ditembus air; dapat diresapi kemampuan membran atau bahan untuk meloloskan partikel-partikel dengan menembusnya

Perspektif adalah sudut pandang; pandangan

Pluralitas adalah Paham yang menyangkut kebersamaan dan keberagaman dalam berbagai suku, bangsa, agama, ras, budaya, dan adat istiadat

Prespektif adalah Cara melukiskan suatu benda pd permukaan yg mendatar sebagaimana yg terlihat oleh mata dng tiga dimensi (panjang, lebar, dan tingginya); sudut pandang; pandangan;

Problematika adalah Hal yang masih belum dapat dipecahkan; permasalahan

Produktif adalah Mampu menghasilkan terus dan dipakai secara teratur untuk membentuk unsur-unsur baru

Protein adalah kelompok senyawaan organik bernitrogen yang rumit dengan bobot molekul tinggi yang sangat penting bagi kehidupan

Prototipe adalah model yang mula-mula (model asli) yang menjadi contoh

Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang menyelidiki gejala-gejala dan kegiatan-kegiatan jiwa

Psikologis adalah Berkenaan dengan psikologi; bersifat kejiwaan

Radikal bebas adalah molekul yang kehilangan elektron sehingga menjadi tidak stabil dan selalu berusaha mengambil elektron dari molekul atau sel lain, dihasilkan dari metabolisme tubuh dan faktor eksternal

Rakitis adalah penyakit yang berhubungan dengan pertumbuhan tulang yang tidak wajar pada anak, biasanya karena kekurangan vitamin D atau kurang memeroleh sinar ultraviolet

Reaktor adalah alat atau rangkaian listrik yang memiliki reaktansi yang sengaja digunakan karena mengadakan semacam penentangan terhadap perubahan arus atau tegangan

Refraksi adalah penyimpangan gelombang yang menyebar pada batas dua medium yang berbeda

Rehabilitasi adalah pemulihan pada kedudukan semula

Relaksasi adalah berkurangnya ketegangan

Relevansi adalah hubungan; kaitan

Reseptor adalah ujung-ujung saraf pada alat pengindra yang berfungsi sebagai penerima rangsangan dari luar

Restorasi adalah pengembalian atau pemulihan kepada keadaan semula

Retensi adalah penahanan terus-menerus zat di tubuh yang secara normal seharusnya dikeluarkan

Revitalisasi adalah Proses, cara, perbuatan menghidupkan atau menggiatkan kembali

Ruam adalah penyakit kulit (pada anak-anak karena peluh) bintik-bintik merah

Sabid adalah Kepanjangan dari *As-Sam' Al-Abshar Al-Af'idah*

Sekresi adalah pengeluaran hasil kelenjar atau sel secara aktif

Sintesis adalah reaksi kimia antara dua atau lebih zat membentuk zat baru

Spesies adalah satuan dasar klasifikasi biologi; jenis

Statistik adalah data yang berupa angka yang dikumpulkan, ditabulasi, digolong-golongkan sehingga dapat memberi informasi yang berarti mengenai suatu masalah atau gejala

Supervisi adalah pengawasan utama; pengontrolan tertinggi

Tabiat adalah Perangai; watak; budi pekerti; perbuatan yang selalu dilakukan; kelakuan; tingkah laku;

Tanin adalah kumpulan senyawa organik amorf yang bersifat asam dengan rasa sepat, ditemukan dalam banyak tumbuhan, digunakan sebagai bahan penyamak, bahan pembuat tinta, dan bahan pewarna

Teladan adalah Contoh yang baik, pantas untuk ditiru

Tinjauan adalah Hasil meninjau; pandangan; pendapat (sesudah menyelidiki, mempelajari)

Tipologi adalah Ilmu watak tentang bagian manusia dalam golongan-golongan menurut corak watak masing-masing

Trombosis adalah pembekuan darah di lumen pembuluh darah; penyumbatan pembuluh darah

Undernutrition adalah Kekurangan nutrisi

Vitamin adalah zat yang sangat penting untuk metabolisme normal, pertumbuhan dan perkembangan badan

Watak adalah Sifat batin manusia yg mempengaruhi segenap pikiran dan tingkah laku; budi pekerti; tabiat

Biodata Penulis

M. Alifudin Ikhsan adalah mahasiswa berprestasi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Malang. Lahir 06 September 1993 di kota Mojokerto dari pasangan Bapak M. Romli dan Ibu Muzdalifah. Mahasiswa jurusan Hukum dan Kewarganegaraan ini memiliki pribadi yang sederhana. Cerdas Bersama Alquran adalah mottonya. Ia juga menerbitkan buku *Berprestasi Bersama Al-Quran* bersama Forum Mahasiswa Berprestasi dan kisah inspirator nasional *Dengan Lima Puluh Ribu Tujuh Ratus, Saya Kuliah* di IKBM Sumatera Barat. Pria yang akrab dipanggil Alif ini adalah mahasiswa Bidikmisi yang juga tergabung dalam UKM Al-Qur'an Study Club (ASC) dengan fokus studi Karya Ilmiah Alquran. Ketua Departemen Pembinaan Alquran dan juga anggota kafilah MTQ Mahasiswa Nasional ini meraih berbagai penghargaan bidang kepenulisan karya ilmiah Alquran. Mulai Juara I Lomba Karya Tulis Ilmiah Alquran Tahun 2014 Tingkat Nasional, Juara 2 KTIA Tingkat Malang Raya, Juara 3 MTQ IX Tingkat Universitas sampai Medali Emas MTQ XXVI Provinsi Jawa Timur Tahun 2015 kategori karya ilmiah Alquran. Mas Alif dapat dihubungi di um.alifudin93@gmail.com atau facebook: Alif Ikhsan

Ria Aisah Munir. Begitulah nama penulis kelahiran Pasuruan, 30 Januari 1994 ini. Putri pertama dari pasangan Munir dan Khusnul Chotimah ini merupakan mahasiswa Pendidikan Fisika Universitas Negeri Malang. Dunia kepenulisan mulai ia kenal sejak duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama. Akan tetapi, ia baru mengenal Karya Tulis Ilmiah Alquran di tahun kedua masa kuliahnya. *Bi idznillah*, peran penting

pembinanya dalam UKM Al-Qur'an Study Club (ASC), Ustadz Yusuf Hanafi dan Ustadzah Asri Diana Kamilin telah mengantarkan ia bersama timnya berhasil meraih Juara III Lomba Karya Tulis Ilmiah Alquran Tingkat Nasional yang diadakan oleh BEM Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga pada Oktober 2013 silam. Satu tahun berikutnya, ia berhasil menjadi Juara I dalam Musabaqah Karya Tulis Ilmiah Alquran tingkat Universitas Negeri Malang X. Sekiranya berkenan, pembaca bisa bertegur sapa dengan penulis melalui e-mail aisah.ria@gmail.com

Fatihatus Syahida lahir di Nganjuk, 31 Juli 1994. Anak pertama dari pasangan Dardiri Aris dan Nur Hidayati ini menempuh pedidikan di RA Al-Huda Gondanglegi, MI Raudlatul Huda Gondanglegi, MTsN Tanjungtani Prambon, MAN 3 Kediri, dan pada tahun 2012 ia mulai belajar di Universitas Negeri Malang dengan konsentrasi Pendidikan Bahasa, Sastra Indonesia dan Daerah. Ia mulai aktif menulis karya ilmiah saat berada di Madrasah Aliyah dan untuk pertama kalinya pula karyanya berhasil menjadi juara 3 di LKTI tingkat Karisidenan Kediri. Selain menulis karya ilmiah, ia pernah menerbitkan antologi puisi berjudul *Dua* dan kumpulan cerpen dan naskah drama berjudul *Larung Ayam*. Sebuah puisinya juga pernah diterbitkan di majalah Story pada tahun 2012. Sementara itu, keaktifannya di bidang karya tulis ilmiah Alquran dimulai sejak kuliah. Pada tahun 2013, ia memperoleh gelar juara 3 LKTA Steroid Unair tingkat nasional dan juara 1 MKTIA di MTQ Mahasiswa UM. Pada tahun 2014, ia menjadi juara 1 MKTIA di MTQ Regional Jawa Timur dan juara 3 MMIQ di MTQ Kabupaten Malang. Pada tahun 2015, ia memeroleh penghargaan sebagai juara 3 MMQ di MTQ Umum Jawa Timur. Penulis bisa dihubungi melalui fsyahida1@gmail.com

Zuroidah Zeni Nurushofa, gadis kecil yang memiliki nama kecil "Zeze" ini terlahir di Lamongan pada tanggal 31 Agustus 1995. Penulis tidak lain merupakan putri sulung pasangan ayah A. Zani dan bunda Ruqiyatul Izza. Saat ini ia sedang menempuh pendidikan di Universitas Negeri Malang Jurusan Matematika tepatnya di semester 5. Pada awal semester 3 tepatnya di tahun 2014, ia tergabung dalam UKM ASC (Al-Quran Study Club) pada bidang Karya Tulis Ilmiah kandungan Alquran. Terhitung pertama kalinya aktif dalam bidang kepenulisan semenjak masuk Universitas, ia mengikuti MTQ tingkat Universitas dan keluar sebagai peraih Juara III cabang KTIA di tahun 2014. Setelah itu ia menjadi finalis LKTIA *Geological Islamic Day* tahun 2014 tingkat Nasional dan dilanjutkan dengan lolos sebagai finalis *Islamic Paper Competition* tahun 2015 tingkat Nasional. Untuk Sharing pengalaman dan berbagi informasi dengan Zuroidah dapat melalui telephone 085749273939 atau email: zuroidah_zeni@yahoo.com dan facebook Zuroidah Zeni N.

Zidna Al 'Azizah Rosshofa lahir di Blitar, Jawa Timur pada 29 Januari 1994. Ia merupakan lulusan SD, SMP, dan SMA di Batu. Saat ini penulis sedang menempuh pendidikan di Jurusan Matematika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Malang, Tahun 2014, penulis meraih Juara I Lomba Karya Tulis Ilmiah (LKTI) Alquran Tingkat Nasional, *Geological Islamic Day* (GID) yang diselenggarakan oleh Universitas Padjadjaran. Tahun 2014, ia menjadi finalis Lomba Karya Tulis Ilmiah Alquran (LKTIA) Tingkat Nasional yang diselenggarakan oleh UIN Sunan Ampel Surabaya. Ia pernah juga mengikuti Musabaqah Tilawatil Quran (MTQ) cabang Karya Tulis Ilmiah Alquran Tingkat Universitas tahun 2014. Zidna atau yang akrab dipanggil Na ini bisa dihubungi melalui email anazizahmoo@gmail.com atau facebook Zidna Al'Azizah.

Vilda Rima Aulia Zahroh lahir di Lamongan, 15 Juni 1995. Putri kedua dari tiga bersaudara pasangan Ayahanda Shulihan dan Ibunda Asrifah. Vilda belajar di jurusan Biologi Universitas Negeri Malang. Selain kuliah, penulis juga aktif mengikuti organisasi HMJ Biologi "Lebah Madu" dan UKM Al-Qur'an Study Club. Beberapa lomba pernah diikuti dan sebagian pernah dijuarai seperti Juara I *Islamic Student Competition* tahun 2010 tingkat Gerbangkertosusila, Semifinal Karya Tulis Ilmiah Alquran *Geological Islamic Day* tahun 2014 tingkat Nasional dan Finalis *Islamic Paper Competition* 2015 tingkat Nasional. Bagi yang ingin berdiskusi, berbagi informasi dan pengalaman silakan menghubungi Vilda melalui akun twitter @VildaRAZ.

Arlina Dwi Nur Isma lahir di Bojonegoro pada 03 Agustus 1993. Penulis menempuh pendidikan di Universitas Negeri Malang jurusan Kimia. Penulis yang akrab disapa dengan sebutan 'Ar' atau 'Lin' ini, aktif menulis di blog pribadinya dengan alamat duniaarlina.blogspot.com. Prestasi terbesar dalam bidang kepenulisan yang pernah diraih penulis yakni Juara I Lomba Karya Tulis Ilmiah (LKTI) Alquran Tingkat Nasional, *Geological Islamic Day* (GID) yang diselenggarakan oleh *Geological Muslim Association* (GEMA) Universitas Padjadjaran pada tahun 2014. Penulis dapat dihubungi melalui email linaarlina49@yahoo.com

Baiq Muna lahir di Praya, 5 Februari 1995. Walaupun lahir di Nusa Tenggara Barat tidak menyurutkan semangatnya untuk merantau ke pulau Jawa. Saat ini penulis belajar di Universitas Negeri Malang jurusan Biologi. Beberapa perlombaan yang pernah dijuarai Muna diantaranya adalah ditahun 2012 Juara II Lomba Cerdas Cermat Perkoperasian Tingkat

Provinsi, Juara III Lomba Cerdas Cermat 4 Pilar Berbangsa dan Bernegara Tingkat Provinsi, Juara I OSN Biologi Tingkat Kabupaten, Juara I Lomba Cerdas Cermat Perkoperasian Tingkat Kabupaten dan Juara I Lomba Cerdas Cermat 4 Pilar Berbangsa dan Bernegara Tingkat Kabupaten, ditahun 2013 Juara II Essai Sasambo UI Se-NTB dan Juara I cabang MSQ dalam MTQ UM, ditahun 2014 Semi-final Karya Tulis Ilmiah Alquran *Geological Islamic Day* dan terkahir tahun 2015 Finalis *Islamic Paper Competition* tingkat Nasional.

Fifi Amaliana Dewi, perempuan yang akrab dikenal dengan "Fifi" ini terlahir di Blitar tanggal 15 Desember 1995. Sosok kalem dan menggemaskan ini merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Berbagai penghargaan kepenulisan Al-Quran ia raih. Mahasiswi yang tergabung dalam UKM Al-Quran Study Club (ASC) ini pernah mengikuti beberapa event perlombaan dibidang kepenulisan seperti MTQ Mahasiswa ke-10 tahun 2014 cabang Karya Tulis Ilmiah Al-Quran (KTIA) Universitas Negeri Malang. Karya berjudul *Rancangan Indikator Pembeda pada Pengemis sebagai Solusi Terhadap Sikap Dermawan Masyarakat* mampu memikat dewan hakim MTQ yang menghantarkannya menjadi Juara III kategori karya ilmiah Alquran tingkat Universitas Negeri Malang bersama rekannya Zuroidah Zeni yang satu angkatan di jurusan Matematika Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Malang.

Ika Handayani Nurani Putri , Tanggal 5 Juli 1995 ia lahir di Trenggalek. Ia menamatkan pendidikan SD,SMP dan SMA di Trenggalek. Sekarang ia sedang menempuh S1 Pendidikan Geografi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Malang. Dalam penulisan karya tulis beberapa karya sudah ia tulis dan diikutkansertakan di beberapa lomba baik tingkat jurusan

sampai nasional. Finalis *Islamic Paper Competition* ini bergabung dalam UKM Al-Quran Study Club (ASC).

Siti Fatimah, Lahir di Ponorogo tanggal 11 Maret 1994. Ia lulus SD, SMP, dan SMA di Ponorogo. Saat ini ia menempuh studi S1 Pendidikan Geografi di Universitas Negeri Malang angkatan 2013. Karya yang berjudul "Lubang Pasir Mempercepat Infiltrasi (Kajian Q.S Hûd ayat 44)" merupakan karya pertama yang lolos seleksi final dalam IPC (*Islamic Paper Competition*) Teknik Kimia, Institut Teknologi Sepuluh November 2015. Ia juga pernah mengikuti MTQ Tingkat Universitas tahun 2014. Selain menulis karya ilmiah, ia juga mengikuti pembinaan Alquran yang tergabung dalam UKM Al-Quran Study Club (ASC) Universitas Negeri Malang.

Lathifah Dewi Humairo, lahir di Bangkinang tanggal 25 Mei 2015. Ia menempuh pendidikan SD selama 4 tahun di Riau dan 2 tahun di Nganjuk, MTs dan MA di Jombang. Saat ini ia menempuh S1 Pendidikan Geografi di Universitas Negeri Malang dan sedang menduduki tahun ke 3. Selain dunia akademik, penulis juga aktif dalam pembinaan karya tulis ilmiah Alquran yang terhimpun dalam UKM Al-Quran Study Club (ASC) Universitas Negeri Malang. Penulis pernah mengikuti perlombaan karya tulis lmiah Alqur'an yang dilaksanakan di Universitas Negeri Malang Tahun 2014 dalam ajang MTQ Mahasiswa ke-10 dan finalis Islamic Paper Competition di Intitut Teknologi Sepuluh Nopember Surabaya Tahun 2015.

Tika Kartika lahir di Bandung, 17 Juli 1993. Sebelum diakui aktif sebagai mahasiswa Universitas Negeri Malang, prodi pendidikan Bahasa Inggris, penulis menamatkan sekolahnya di Jawa Barat, tepatnya di Ciwidey Kabupaten Bandung. Riwayat pendidikan penulis adalah SD Negeri Panundaan II (2000-2006), SMP Negeri 1 Rancabali (2006-2009), dan SMA Negeri 1 Ciwidey jurusan IPA (2009-2012). Bersama UKM Al-qur'an Study Club (ASC) Universitas Negeri Malang, penulis belajar menyusun Karya Tulis Ilmiah Alqur'an (KTIA). Penulis dapat dihubungi melalui email, artikalil@gmail.com.

Liya Nurin Nahdliyah lahir di Nganjuk pada 29 Agustus 1994. Saat ini penulis menempuh S1 di Jurusan Teknik Elektro Tinggi Universitas Negeri Malang. Riwayat pendidikan penulis adalah SD Negeri Sawahan 1 (2000-2006), MTs Negeri Berbek (2006-2009), dan SMK Telkom DU Jurusan Multimedia (2009-2012). Penulis belajar menyusun Karya Tulis Ilmiah Al-Qur'an (KTIA) bersama UKM Al-qur'an Study Club (ASC) Universitas Negeri Malang. Untuk menghubungi penulis, bisa melalui email liya.nurin@yahoo.com.

Siti Choiriyah lahir di Pasuruan pada 10 Oktober 1994. Penulis saat ini sedang menempuh S1 di Universitas Negeri Malang, prodi Pendidikan Bahasa Indonesia. Penulis menyelesaikan pendidikannya di tempat kelahirannya, yaitu di MI Sunan Ampel (2001-2007), MTs Negeri Rejoso (2007-2010), dan MAN Kota Pasuruan jurusan IPA (2010-2013). Penulis belajar menekuni bidang Karya Tulis Ilmiah Al-Qur'an bersama UKM *Al-Qur'an Study Club* (ASC) Universitas Negeri Malang. Untuk menghubungi penulis, bisa melalui ryazahra26@gmail.com.

Asri Diana Kamilin, S.Psi. merupakan pembina karya tulis ilmiah Alquran yang telah melahirkan banyak generasi juara baik regional maupun nasional. Ustadzah Asri inilah yang meletakkan dasar pembinaan karya ilmiah Alquran secara sistematis dan terstruktur di bawah payung hukum UKM Al-Qur'an Study Club (ASC) Universitas Negeri Malang. Inspirator dan Mahasiswa Berprestasi Utama II Universitas Negeri Malang ini menyebet puluhan juara dan gelar penghargaan baik akademik maupun non akademik. Beliau lahir 16 Desember 1991 di Bangkalan Madura. Sarjana Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang ini sering mengharumkan nama UM dikancah karya ilmiah Alquran. Beliau mendapat predikat bergengsi Juara 1 Musabaqah Karya Tulis Ilmiah Alquran (MKTIA) dalam MTQ Mahasiswa Nasional XIII Tahun 2013 yang menghantarkan UM Sebagai Juara Umum untuk pertama kalinya. Ditahun sebelumnya beliau juga menjadi Juara III MKTIA tingkat fakultas sastra tahun 2011, Juara 1 dicabang yang sama pada tingkat universitas, Juara 2 MKTIA Provinsi Jawa Timur tahun 2013 di Malang dan puluhan prestasi diberbagai cabang lomba. Mbak Asri panggilan akrabnya selalu membagikan segala pengetahuan yang ia miliki kepada siapapun yang berniat mendalami karya ilmiah Alquran. Bukan hanya dari kalangan civitas akademika UM, namun beberapa perguruan tinggi juga dibina oleh beliau. Beliau terkenal luwes dalam mendidik, mudah akrab, berpikiran kritis dan mempunyai alur berpikir yang sistematis. Setelah lulus dari dunia pendidikan strata 1 pada 2014 silam, tak menyurutkan beliau untuk terus meneliti Alquran. Gelar Juara 1 MTQ XXVI Provinsi Jawa Timur Tahun 2015 kategori Karya Ilmiah Alquran Putri diraihnya. Beliau dapat dihubungi di asridianakamilin@yahoo.com atau facebook Asri Diana Kamilin Qoffal.

Ana Rizkiya lahir di Malang pada 30 Desember 1992. Anak kedua dari tiga bersaudara ini menghabiskan sebagian besar masa pendidikannya di Malang. Perempuan yang jago berpidato ini mengambil konsentrasi Sastra Arab di Universitas Negeri Malang.

Santri salah satu pesantren tahfidz di Malang ini juga beberapa kali meraih prestasi di bidang kepenulisan. Tahun 2013 silam, ia bersama timnya berhasil dinobatkan sebagai juara III Lomba Karya Tulis Ilmiah Alquran yang diiselenggarakan oleh BEM Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Airlangga Surabaya. Tahun berikutnya, ia dinobatkan sebagai juara II lomba essay pada *event* Festival Timur Tengah di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Selain sebagai anggota pembinaan UKM Alquran Study Club bidang Karya Tulis Ilmiah Alquran, ia juga menyalurkan hobi menulisnya pada UKM Penulis Universitas Negeri Malang.

Rani Apriyanti, mahasiswa yang fasih dalam Bahasa Arab ini lahir di Sukabumi pada 27 April 1993. Putri dari pasangan Bapak Hidayat dan Ibu Kartika ini dikenal sebagai mahasiswa yang rajin dan berprestasi. Mahasiswa yang saat ini sedang menempuh studi Pendidikan Bahasa Arab Fakultas Sastra Universitas Negeri Malang ini mempunyai segudang pengalaman ke-Alquranan. Selain sebagai santri Pondok Pesantren Al Islahiyyah Gading Kasri Kota Malang ini juga aktif sebagai salah satu pengurus harian UKM Al-Qur'an Study Club (ASC) sejak awal berdiri tahun 2013 sampai saat ini. UKM yang dengan konsent mengembangkan bakat minat mahasiswa. Dalam kesehariannya, dia tergabung dalam pembinaan karya tulis ilmiah Alquran dan dapat dihubungi di apriyantirani@gmail.com. Selalu semangat dan semangat adalah mottonya.

Nida Atu Dluhria, Hafidzah yang akrab dipanggil Nida ini lahir 1 Mei 1993 di bumi santri Jombang Jawa Timur. Mahasiswa yang fasih dalam berbahasa Alquran ini melanjutkan studi di jurusan Sastra Arab Fakultas Sastra Universitas Negeri Malang. Prestasinya di bidang Alquran pun telah banyak ditorehkannya. Mulai dari Juara 1 Musabaqah Syarhil Quran, Juara 2 Musabaqah

Hifdzil Quran, Juara 1 Debat Bahasa Arab Fakultas Sastra sampai Universitas dan kafilah MTQ Mahasiswa Nasional XIII di Padang Sumatera Barat. Berbagai bintang pelajar Madrasah Diniyah pernah ia raih. Mbak Nida disamping kuliah juga mewakafkan dirinya untuk belajar ilmu-ilmu Alquran di Pondok Pesantren Tahfidzul Quran Nurul Furqon Malang. Ia juga aktif sebagai salah satu bagian dari keluarga besar UKM Al-Quran Study Club (ASC) yang konsentrasi dalam pengembangan ilmu ke-Alquranan.

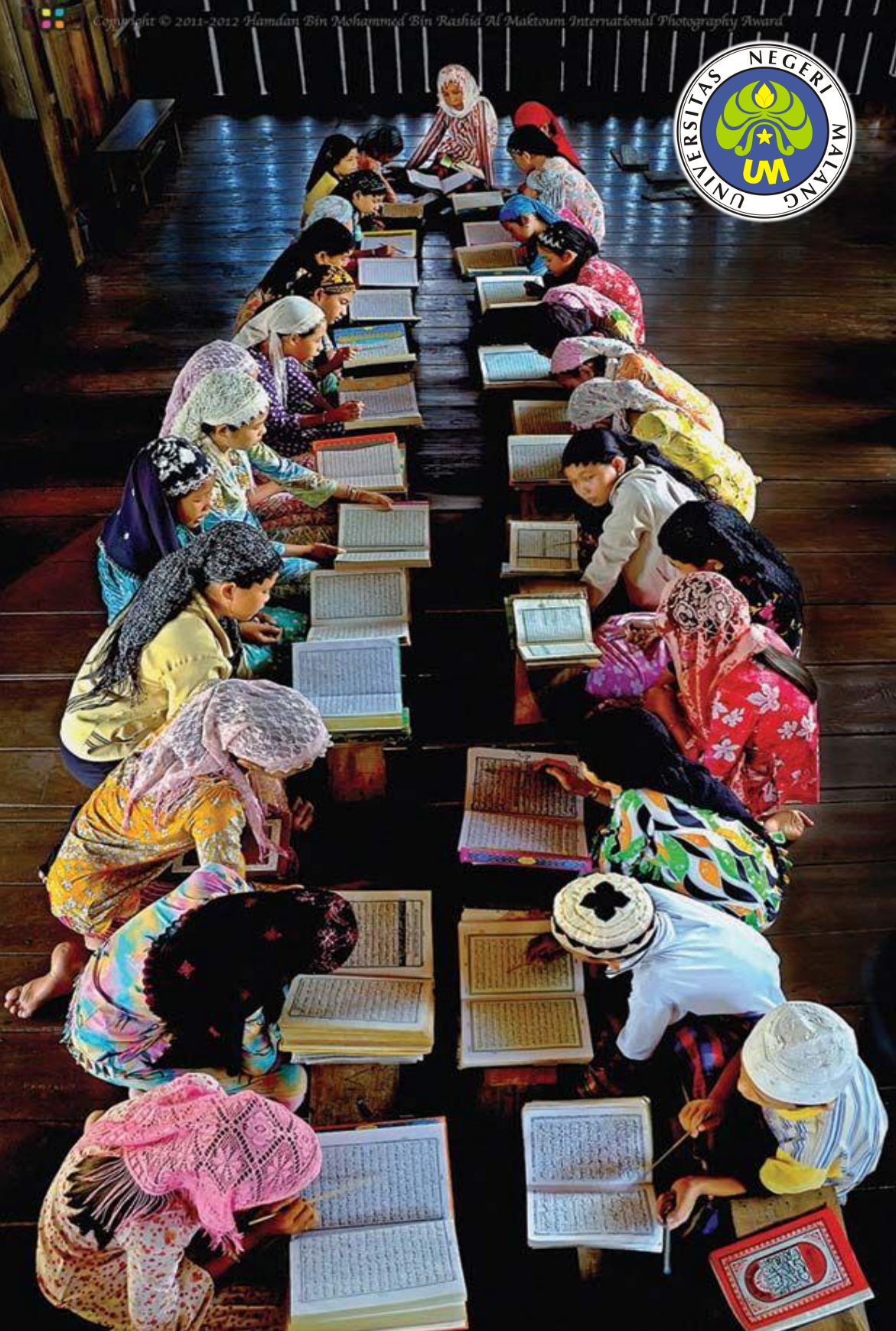
Wahyu Rahmawati, mahasiswa Pendidikan Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Malang ini lahir 17 Maret 1995 di bumi Arema Malang. Mahasiswi yang akrab dipanggil Wahyu ini aktif di pembinaan karya tulis ilmiah Alquran UKM Al-Qur'an Study Club (ASC). Ia pernah menorehkan prestasi gemilang Juara 1 diajang MTQ Mahasiswa Regional Jawa Timur III Tahun 2014 kategori karya ilmiah Alquran. Dari prestasi yang ia peroleh, UM menjadi Juara Umum dalam ajang itu. Berbagai torehan prestasi karya ilmiah juga ia raih. Juara 1 lomba karya tulis ilmiah tingkat Jawa Timur dan juara 3 dicabang yang sama pernah ia raih berturut-turut tahun 2014 dan 2015. Ia juga dipercaya sebagai kafilah MTQ Mahasiswa Nasional XIV Tahun 2015 di cabang karya tulis ilmiah Alquran yang diselenggarakan di Universitas Indonesia Jakarta. Beliau dapat dihubungi di wahyurahmawati72@gmail.com

Malthufullah Mu'asyir dilahirkan di Lumajang pada 29 Juli 1993, anak pertama dari tiga bersaudara. berasal dari Dusun Krajan II Desa Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang. Penulis menempuh studi lanjut di *The Learning University* Universitas Negeri Malang Fakultas Ekonomi dengan program studi SI Ekonomi Pembangunan. Setelah

lulus SMA, penulis melanjutkan pendidikannya dengan jalur beasiswa Bidikmisi di Universitas Negeri Malang Jurusan Ekonomi Pembangunan Program Studi S1 Ekonomi Pembangunan Fakultas Ekonomi tahun 2011. Selama kuliah, penulis aktif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Al-Qur'an Studi Club (ASC) sebagai Ketua UMUM, Forum Silaturrahim Studi Ekonomi Islam (FoSSEI) Nasional Sebagai Presidium Nasional IV, anggota Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) Fakultas Ekonomi, Lembaga Pengembangan Penalaran dan Penulisan Mahasiswa Ekonomi (LP3ME) sebagai ketua bidang Lintas Studi Ekonomi Islam (LISEI) dan Lembaga Dakwah Fakultas (LDF) Muslim Studi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Malang. Selain itu penulis juga menempuh pendidikan diniyah di Lembaga Pembentuk Jiwa Taqwallah Pondok Pesantren Miftahul Huda (Gading Pesantren) Malang bersamaan dengan masa kuliah.

Jam'iyyatul Qurra wal Huffazh

Nahdlatul Ulama

UNIVERSITAS NEGERI MALANG
UM

Copyright © 2011-2012 Hamdan Bin Mohammed Bin Rashid Al Maktoum International Photography Award